

**PENERAPAN KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK BERMAIN  
PERAN UNTUK MENINGKATKAN PERCAYA DIRI PESERTA DIDIK  
SMA AL-AZHAR 3 BANDAR LAMPUNG  
TAHUN PELAJARAN 2017/2018**

**Skripsi  
Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi Syarat-Syarat Guna  
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) dalam Ilmu Bimbingan dan  
Konseling**

**Oleh**

**DITA ANISA ULJANNAH  
NPM. 1411080034**

**Jurusan: Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam**



**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN  
LAMPUNG  
1439 H / 2018 M**

**PENERAPAN KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK BERMAIN  
PERAN UNTUK MENINGKATKAN PERCAYA DIRI PESERTA  
SMA AL-AZHAR 3 BANDAR LAMPUNG**

**Skripsi**

**Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi Syarat-Syarat Guna  
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) dalam Ilmu Bimbingan dan  
Konseling**



**Dosen Pembimbing I : Drs. H. Badrul Kamil, M.Pd.I**

**Dosen Pembimbing II : Busmayaril, S.Ag., M.Ed**

**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN  
LAMPUNG**

**1439 H / 2018 M**

## **ABSTRAK**

### **PENERAPAN KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK BERMAIN PERAN UNTUK MENINGKATKAN PERCAYA DIRI PESERTA DIDIK SMA AL-AZHAR 3 BANDAR LAMPUNG TAHUN PELAJARAN 2017/2018**

**Oleh:  
Dita Anisa Uljannah**

Rasa percaya diri yang timbul di dalam diri peserta didik bermula dari keyakinan dan pola pikir positif peserta didik terhadap kemampuan dan potensi yang ia miliki. Masalah dalam penelitian ini adalah percaya diri rendah berdasarkan hasil penelitian observasi dan wawancara. Kepercayaan diri yang rendah ditunjukkan meliputi malu, minder, tidak mau bertanya kepada guru apabila belum mengerti, tidak mau maju kedepan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui proses penerapan konseling kelompok dengan teknik bermain peran dapat meningkatkan percaya diri peserta didik kelas XI IPA 7 SMA Al-Azhar 3.

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah Kualitatif yang bersifat deskriptif. Subyek penelitian ini adalah kelas XI IPA 7 Al-Azhar yang memiliki rasa percaya diri rendah. Hal yang dilakukan penulis adalah mengamati proses penerapan teknik layanan yang dilakukan guru bimbingan dan konseling terhadap anggota kelompok, dan juga mengamati peserta didik saat melakukan proses layanan. Metode pengumpulan data dalam penelitian ini adalah menggunakan metode observasi, wawancara, dan dokumentasi.

Proses pelaksanaan konseling kelompok dengan teknik bermain peran yang dilakukan Pendidik BK, dinamika kelompok yang muncul pada setiap tahapan yaitu adanya kemajuan yang dialami peserta didik, mereka telah dapat mengatasi rasa tegang pada diri masing-masing. Terlihat bahwa mereka sudah tidak ragu dan malu-malu menanggapi setiap pendapat anggota lain. Hasil secara keseluruhan dari proses pelaksanaan layanan menunjukkan bahwa peserta didik telah mengalami perubahan yang berarti. Dan menunjukkan kemajuan yang pesat bahwa semua anggota kelompok sudah menunjukkan sikap positif dan berani sehingga rasa percaya diri yang rendah dapat diatasi dengan cara mencoba mengembangkan kemampuan berbicara, menjelaskan, dan menerima pendapat teman lain. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa dengan menggunakan konseling kelompok dengan teknik bermain peran dapat membantu peserta didik dalam meningkatkan percaya diri nya.

**Kata kunci: Konseling Kelompok, Teknik Bermain Peran, Percaya Diri**





**KEMENTERIAN AGAMA**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG**  
**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN**

**Alamat : Jl. Letkol H. Endro Suratmin (0721) 703260 Fak. 703260 Bandar Lampung (35142)**

**PERSETUJUAN**

**Judul Skripsi : PENERAPAN KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK  
BERMAIN PERAN UNTUK MENINGKATKAN PERCAYA  
DIRI PESERTA DIDIK SMA AL-AZHAR 3 BANDAR  
LAMPUNG**

**Nama : Dita Anisa Uljannah**

**NPM : 1411080034**

**Jurusan : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam**

**Fakultas : Tarbiyah dan Keguruan**

**MENYETUJUI**

**Untuk dimunaqosyahkan dan dipertahankan dalam Sidang Munaqosyah  
Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung**

**Pembimbing I**

**Drs. H. Badrul Kamil, M.Pd.I**  
**NIP. 196104011981031003**

**Pembimbing II**

**Busmayaril, S.Ag., M.Ed**  
**NIP. 1975081020090110013**

**Mengetahui**

**Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam**

**Andi Thahir, M.A, Ed.D**  
**NIP. 197604272007011015**





## KEMENTERIAN AGAMA

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG

FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN

Jl. Let. Kol H. Endro Suratmin Sukarama Bandar Lampung Telp. 0721 703260

### PENGESAHAN

Skripsi dengan judul: **PENERAPAN KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK BERMAIN PERAN UNTUK MENINGKATKAN PERCAYA DIRI PESERTA DIDIK SMA AL-AZHAR 3 BANDAR LAMPUNG TAHUN PELAJARAN 2017/2018**, disusun oleh **DITA ANISA ULJANNAH, NPM 1411080034** Jurusan: **Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam**, telah diujikan dalam Sidang Munaqosyah Fakultas Tarbiyah dan Keguruan pada Hari Selasa, 23 Oktober 2018

### TIM MUNAQOSYAH

Ketua

:Andi Thahir, S.Psi., M.A, Ed.D

Sekretaris

:Indah Fajriani, M.Psi., Psikolog

Penguji Utama

:Dr. Oki Dermawan, M.Pd

Penguji Pendamping I

:Drs. H. Badrul Kamil, M.Pd.I

Penguji Pendamping II

:Busmayaril, S.Ag., M.Ed

Mengetahui,

Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan



Chairul Anwar, M.Pd

NIP. 195608101987031001



## MOTTO

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ<sup>١</sup> ١٣٩

*Artinya:*

*“ Janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, padahal kamulah orang-orang yang paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman ”. (Ali Imran: 139)*



---

<sup>1</sup> Al-Qur'an dan terjemahannya, Departemen Agama RI, CV Fajar Mulya, Surabaya, Edisi Revisi, 2012. hlm .67

## PERSEMBAHAN

Alhamdulillah Ladzi bini'matihi tatimmush-saalihaat dengan segala puji syukur atas kehadiran Allah *Subhanahu Wa Ta'alla* atas berkah, rahmat, hidayah dan karunia-Nya, aku dapat menyelesaikan skripsi ini, ku persembahkan karya tulis skripsi ini sebagai ungkap bakti dan sayangku kepada:

1. Pintu surgaku kedua orang tua ku tercinta, dan tersayang, untuk ayahanda Duski Ahmad dan ibunda Juwita S.Pd yang telah menyayangi setulus hati, dan senantiasa selalu mendoakan anak-anaknya disetiap sujudnya dalam keadaan apapun dan disertai dukungan untuk menyelesaikan pendidikanku, yang tanpa ridhonya itu semua skripsi ini tidak akan berjalan lancar.
2. Kakak - Kakakku tercinta dan ku sayangi Dian Afrina, Alm Dina Oktarina, Afif Dody Ramadhani yang selalu memberi dukungan semangat dan mendoakaan segala untuk kebbaikanku, membimbing dan mengarahkan untuk keberhasilanku dalam menyelesaikan kuliah di Universitas Islam Negeri (UIN)
3. Keponakanku tercinta Amira Hanania Irdina, Jinan Azalea Putri, Alfath Wafi Rabbani
4. Almamaterku tercinta yang aku banggakan Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung

## **RIWAYAT HIDUP**

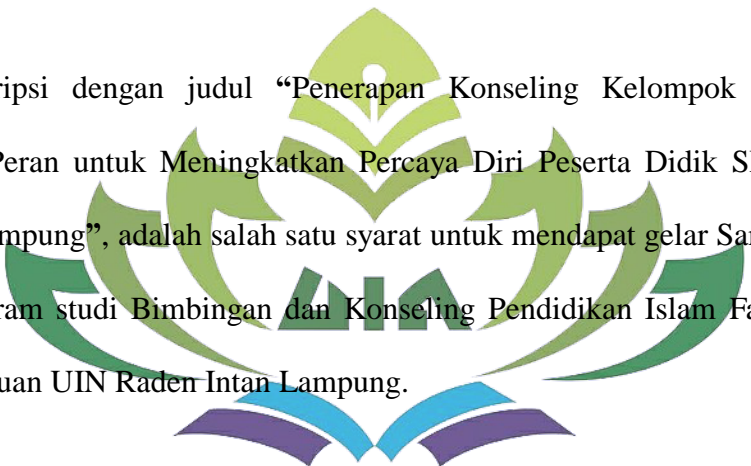
Penulis bernama Dita Anisa Uljannah, seorang anak yang dilahirkan di Kotabumi Lampung Utara tepatnya pada tanggal 23 Agustus 1996 yang merupakan anak bungsu dari empat bersaudara, yaitu Dian Afrina, Alm Dina Oktarina, Afif Dody Ramadhani dan Dita Anisa Uljannah, yang semuanya dilahirkan dari pasangan bapak Duski Ahmad dan Ibu Juwita S.Pd.

Jenjang pendidikan pertama penulis dimulai dari Sekolah Dasar (SD) Negri 1 di Kotabumi Lampung Utara selesai pada tahun 2008, kemudian pada tahun 2008 penulis melanjutkan pada jenjang pendidikan Sekolah Menengah Pertama(SMP) di SMP Islam Ibnu Rusyd Negri 1 Kotabumi, Lampung Utara lulus pada tahun 2011, kemudian penulis melanjutkan pada jenjang pendidikan Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) di SMK Negri 1 Kotabumi, Lampung Utara lulus pada tahun 2014. Pada tahun yang sama, yakni tahun 2014, penulis masuk di Fakultas Tarbiyah dan Keguruan di Universitas Islam Negeri (UIN) Raden Intan Lampung dengan program studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam melalui jalur Seleksi Prestasi Akademik-Perguruan Tinggi Keislaman Negeri (SPAN-PTKIN)



## KATA PENGANTAR

Alhamdulillah Ladzi bini'matihi tatimmush-saalihaat, dengan segala puji syukur atas kehadiran Allah *Subhanahu Wa Ta'alla* atas berkah, rahmat, hidayah dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini. Sholawat serta salam semoga senantiasa tercurah kepada sang pelita kehidupan, seiring jalan menuju ilahi, Nabi Muhammad SAW. Serta kepada keluarga, para sahabat dan pengikutnya.



Skripsi dengan judul “Penerapan Konseling Kelompok dengan Teknik Bermain Peran untuk Meningkatkan Percaya Diri Peserta Didik SMA Al-Azhar 3 Bandar Lampung”, adalah salah satu syarat untuk mendapat gelar Sarjana Pendidikan pada program studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.

Proses penulisan skripsi ini tidak terlepas dari hambatan yang datang baik dari dalam maupun dari luar diri penulis. Penulisan skripsi ini tidak terlepas bantuan serta petunjuk dari berbagai pihak akhirnya penulisan skripsi ini dapat terselesaikan, oleh karena itu pada kesempatan ini penulis mengucapkan ucapan terimakasih yang setinggi-tingginya kepada:

1. Prof. Dr. H. Chairul Anwar, M. Pd, selaku Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.

2. Andi Thahir, S. Psi., M. A., Ed., D selaku ketua Prodi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam beserta Dr. Oki Darmawan, M. Pd, selaku Sekretaris Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam yang telah banyak memberikan masukan dan pengarahan tentang skripsi ini sehingga peneliti bisa menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
3. Drs. H. Badrul Kamil, M. Pd. I, selaku Pembimbing I dan Busmayaril, S. Ag., M.Ed, selaku Pembimbing II yang telah memberikan masukan dan membimbing serta memberikan arahan dalam penulisan skripsi ini, ditengah kesibukan namun tetap meluangkan waktu, tenaga, dan fikiran dalam penyelesaian skripsi ini.
4. Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Tarbiyah dan Keguruan yang telah mendidik dan memberikan ilmu pengetahuan selama menuntut ilmu di Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam UIN Raden Intan Lampung. Terimakasih atas ilmunya yang sangat bermanfaat.
5. Bapak Drs. H. Ma'arifudin, Mz., M. Pd. I selaku Kepala SMA Al-Azhar 3 Bandar Lampung yang telah memberikan izin kepada Penulis untuk melakukan penelitian dalam mengumpulkan adata skripsi penulis, dan bapak Eko Setia Budi, S.Pd selaku Waka Kurikulum serta bapak dan ibu dewan guru, khususnya guru bimbingan dan konseling yaitu bapak Ruslan Abdul Gani, S.Pd atas kerja samanya dan bantuannya selama penulis melakukan proses penelitian.



6. Kepada peserta didik SMA Al-Azhar 3 Bandar Lampung yang telah ikut berpartisipasi dalam penelitian ini.
7. Kepada Pintu Surgaku Mama dan Papa ku tercinta dan kusayangi yang telah membesarkan, mendidik, dan tak henti-hentinya berdoa untuk keberhasilanku, terimakasih untuk semuanya
8. Kakak - Kakakku tercinta dan ku sayangi Entes Dian, Alm Uni Dina, Abang Dody yang selalu memberi dukungan semangat dan mendoakan segala untuk kebaikanku, membimbing dan mengarahkan untuk keberhasilanku dalam menyelesaikan kuliah di Universitas Islam Negri
9. Teman- teman Jurusan Bimbingan dan Konseling angkatan 2014 yang terkhusus keluarga BK A, Sahabat-sahabatku Chairunisya, Dwi Sabtilas Nurita Lanasari, Dwi Noviyanti, Erna Safitri, Anggis Pratiwi, yang telah memberikan arti persahabatan terimakasih segalanya semuanya akan terkenang selalu. Camelia, Elly, Sintia, Binti, Ella, Tete Arfa, Iga, dan lain-lain yang tidak bisa disebutkan satu persatu terimakasih atas kebersamaan selama ini
10. Almamaterku UIN Raden Intan Lampung yang telah mendidik dan mendewasakan dalam berfikir dan bertindak. Semoga Allah SWT membalas amal kebajikan semua pihak yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini. Semoga bermanfaat. Amin.
11. Semua pihak yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini baik moril maupun materil, yang tak bisa disebutkan satu persatu.

Terimakasih atas segala kebaikan semoga amal dan kebaikan diberi pahala yang setimpal.

Semoga segala bimbingan dan bantuan serta perhatian yang telah diberikan mendapat balasan dari Allah SWT. Aamiin. Peneliti menyadari dalam penulisan skripsi ini masih banyak kekurangan dan kesalahan, untuk itu segala kritik dan saran yang bersifat membangun sangat peneliti harapkan dan akhir kata peneliti berharap semoga karya yang sederhana ini dapat berguna dan bermanfaat bagi kita semua. Amin.





## DAFTAR ISI

### HALAMAN

<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN.....</b>	<b>iii</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN .....</b>	<b>iv</b>
<b>MOTTO .....</b>	<b>v</b>
<b>PERSEMBAHAN.....</b>	<b>vi</b>
<b>RIWAYAT HIDUP .....</b>	<b>vii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN.....</b>	<b>xv</b>
 <b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	15
C. Batasan Masalah.....	15
D. Rumusan Masalah.....	16
E. Tujuan Penelitian.....	16
 <b>BAB II LANDASAN TEORI</b>	
A. Konseling Kelompok .....	17
1. Pengertian Konseling Kelompok .....	17
2. Tujuan Konseling Kelompok .....	18
3. Makna Konseling Kelompok .....	19
4. Asas-asas Konseling Kelompok.....	21
5. Dinamika Kelompok .....	22
6. Tahap-tahap Konseling Kelompok .....	23
7. Teknik Layanan Konseling Kelompok .....	26
B. Teknik Bermain Peran .....	27
1. Pengertian Teknik Bermain Peran .....	27
2. Fungsi Teknik Bermain Peran.....	30
3. Langkah-Langkah Teknik Bermain Peran .....	30
C. Percaya Diri .....	32
1. Pengertian Percaya Diri.....	32
2. Gejala Tidak Percaya Diri.....	35
3. Ciri-Ciri Orang Percaya Diri dan Tidak Percaya Diri.....	36

4. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Terbentuknya Percaya Diri .....	38
5. Proses Terbentuknya Percaya Diri .....	40
6. Dampak dari Percaya Diri dan Tidak Percaya Diri .....	42
D. Penelitian Terdahulu yang Relevan .....	43
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
A. Jenis dan Sifat Penelitian .....	46
B. Tempat dan waktu Penelitian .....	47
C. Subjek Penelitian .....	47
D. Alat Pengumpulan Data .....	47
E. Analisis Data .....	50
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Deskripsi Hasil Penelitian .....	52
1. Translit Hasil Wawancara dengan Pendidik BK .....	53
2. Translit Hasil wawancara dengan Peserta didik .....	57
3. Hasil Observasi .....	59
B. Pembahasan Hasil Penelitian .....	69
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
A. Kesimpulan .....	76
B. Saran .....	77
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>	
<b>LAMPIRAN-LAMPIRAN</b>	



## DAFTAR TABEL

1. Tabel 1. Indikator percaya diri rendah peserta didik
2. Tabel 2. Gambaran umum sekolah SMA Al-Azhar 3 Bandar Lampung
3. Tabel 3. Data tenaga pengajar SMA Al-Azhar 3 Bandar Lampung
4. Tabel 4. Data jumlah siswa SMA Al-Azhar 3 Bandar Lampung
5. Tabel 5. Data Ruang bangunan
6. Tabel 6. Instrumen observasi sikap percaya diri peserta didik



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	: Profil SMA Al-Azhar 3 Bandar Lampung
Lampiran 2	: Kisi-kisi Pedoman Wawancara
Lampiran 3	: kisi-kisi Observasi
Lampiran 4	: Rencana Pelaksanaan Layanan (RPL)
Lampiran 5	: Naskah Drama Bermain Peran
Lampiran 6	: Intrumen Observasi Sikap Percaya Diri Siswa
Lampiran 7	: Daftar Hadir Peserta Didik
Lampiran 8	: Lembar Persetujuan Wawancara
Lampiran 9	: Surat Izin Pra Penelitian
Lampiran 10	: Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian
Lampiran 11	: Lembar Konsultasi Sripsi
Lampiran 12	: Surat Pengesahan Seminar Proposal
Lampiran 13	: Foto Dokumentasi

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar belakang Masalah**

Peserta didik Sekolah Menengah Atas memasuki tahap perkembangan remaja awal, yakni suatu individu yang mengalami peralihan dari satu tahap ketahap berikutnya dan masih sering mengalami perubahan baik emosi tubuh, minat, pola perilaku, dan juga penuh dengan masalah-masalah. Hal ini dikatakan oleh Hurlock, bahwa masa remaja sangat rentan sekali mengalami masalah, menimbulkan ketakutan dan masa yang tidak realistis.<sup>1</sup>

Selain itu, masa remaja awal merupakan merupakan sebuah periode dalam kehidupan manusia yang batasan usia maupun peranannya seringkali tidak terlalu jelas. Dalam perkembangannya seringkali mereka menjadi bingung karena kadang-kadang diperlakukan sebagai anak-anak tetapi dilain waktu mereka dituntut untuk bersikap mandiri dan dewasa. Tugas perkembangan pada remaja menuntut perubahan besar dalam sikap dan pola perilaku anak. Tugas-tugas perkembangan masa remaja yang penting akan menggambarkan seberapa

---

<sup>1</sup> Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan sepanjang rentang kehidupan*, terj. Istiwidiyanti dan Soedjarwo, Erlangga, (Jakarta: 1998), h. 208.



jauh perubahan yang harus dilakukan dan masalah yang timbul dari perubahan itu sendiri sehingga masa remaja sering menjadi masalah yang sulit di atasi.<sup>2</sup>

Remaja awal usia belasan merupakan individu yang masih labil dan berada dalam masa transisi antara meninggalkan masa kanak-anak dan memasuki fase remaja dan sering mengalami peralihan dari satu tahap ke tahap berikutnya dan mengalami perubahan baik emosi, tubuh, minat, pola perilaku, kepercayaan diri, dan juga penuh dengan masalah-masalah yang berhubungan dengan diri sendiri, yang berhubungan dengan Tuhan dan lingkungan sosial.<sup>3</sup>

Salah satu peran penting untuk peserta didik dapat hidup bersosial adalah tumbuhnya rasa percaya diri, rasa percaya diri akan membantu peserta didik dapat bersosialisasi dengan baik, baik terhadap teman sebaya ataupun warga sekolah.<sup>4</sup>

Peserta didik yang berada pada tahap remaja sering kali dihadapkan pada masalah penyesuaian diri, terutama pada peserta didik yang baru memasuki SMA. Mereka dituntut untuk dapat beradaptasi dengan lingkungan barunya. Dalam proses penyesuaian diri sering remaja dihadapkan pada persoalan penerimaan dan penolakan dalam pergaulannya. Dalam pergaulan sehari hari, kita akan merasa nyaman jika diterima dalam

---

<sup>2</sup> Ibid., h. 209

<sup>3</sup> Hardiansyah masya, Rohyan, *Penggunaan Konseling Kelompok dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri Peserta didik kelas VII Smp Wiyata Karya natar Kabupaten Lampung Selatan*. Jurnal Bimbingan dan Konseling. Vol 3, No 2 (2016).

<sup>4</sup> Badrul Kamil, Mega Aria Monica, A. Busthomi Maghrobi, *Meningkatkan Rasa Percaya Diri dengan Menggunakan Teknik Assertive Training*, Jurnal Bimbingan dan Konseling. Vol 5, No 1 (2018).

kelompok/komunitasnya, namun seringkali kita kurang mampu bersosialisasi dan bergaul dengan baik, sehingga kurang disukai dalam kelompok, untuk dapat diterima dalam komunitas dan kelompok diperlukan kemampuan menampilkan kepercayaan diri seseorang, kepercayaan diri, merupakan salah satu aspek dari kecerdasan interpersonal, yang sangat mempengaruhi seseorang dalam pergaulan dengan lingkungannya<sup>5</sup>. Kepercayaan diri adalah kondisi mental atau psikologis dari seseorang yang memberi keyakinan kuat pada dirinya untuk berbuat atau melakukan suatu tindakan.

Tingkah laku yang ditunjukkan selalu ingin tampil keren, gaul, dan mampu berbuat apa saja tanpa ragu. Namun yang lebih penting, bagaimana mewujudkan harapan menjadi kenyataan. Kemungkinan lain, suatu hal yang kadang tidak terpikirkan dan juga menjadi inti masalah sebagian remaja, yaitu mengalami kebingungan, ketika hendak melakukan sesuatu. Kebingungan bukan soal keberanian untuk berbuat atau mencoba, tetapi yang berat adalah tidak tahu bagaimana proses untuk memulai sesuatu itu dilakukan, atau tidak tahu dari mana memulai sesuatu itu diberbuat. Akhirnya tidak tahu harus berbuat apa. Berbagai penelitian yang dilakukan para ahli menunjukkan, bahwa

---

<sup>5</sup> Sri Puji Astuti, “ Upaya Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Melalui Konseling Sebaya (Peer Counseling) di SMA Negeri 9 Bandar Lampung,” *Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, No. 4 (2017): 36.

keyakinan individu terhadap dirinya sangat menentukan keberhasilan yang akan dicapai.<sup>6</sup>

Keyakinan individu terhadap dirinya, baik remaja, maupun orang dewasa, timbul karena mereka memiliki rasa percaya diri. Seseorang yang memiliki rasa percaya diri dapat melakukan apapun dengan keyakinan akan berhasil, apabila ternyata gagal, seseorang tidak lantas putus asa tetapi tempat mempunyai semangat untuk mencoba lagi. Rasa percaya diri setiap orang merupakan salah satu kekuatan jiwa yang sangat menentukan berhasil tidaknya orang tersebut dalam mencapai berbagai tujuan hidupnya.<sup>7</sup>

Percaya diri ini menjadi bagian penting dari perkembangan kepribadian seseorang sebagai penentu. Seseorang bersikap dan bertindak laku sekaligus sebagai penentu keberhasilan mereka dalam belajar. Pembentukan percaya diri peserta didik disekolah tidak hanya menjadi tugas dan tanggung jawab guru mata pelajaran saja, tetapi semua pihak. Dan salah satu pihak yang sangat berperan di sekolah adalah Pendidik BK. Pendidik BK ikut berperan meningkatkan mutu Pendidikan dan perbaikan terhadap perilaku peserta didik disekolah. Pendidikan memiliki peran penting bagi umat manusia yaitu dalam kehidupan manusia, baik dalam perkembangan agama, bangsa, negara, dan

---

<sup>6</sup>Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*, (Jakarta: Erlangga, 1980), h. 21

<sup>7</sup>Thursan hakim, *Mengatasi rasa tidak percaya diri*, puspa Swara, Jakarta, 2005, h.6.



khususnya dapat mendidik manusia.<sup>8</sup> Hal ini sejalan dengan undang-undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional pasal 1 butir 6 bahwa: “Pendidikan adalah tenaga kependidikan yang berkualifikasi sebagai guru, dosen, konselor, pamong belajar, widya iswara, tutor, instruktur, dan sebutan lain yang sesuai dengan kekhususannya, serta berpartisipasi dalam penyelenggaraan pendidikan”.<sup>9</sup>

Peran Guru BK di sekolah tidak sama dengan peran guru mata pelajaran. Peran artinya bagian yang dimainkan seseorang, atau bagian yang dibebankan kepadanya.<sup>10</sup>

Berarti kegiatan yang dilakukan oleh Guru BK di sekolah bermaksud untuk mencegah agar peserta didik tidak minder dan kurang percaya diri. Sedangkan peran kuratif (rehabilitasi atau penyembuhan) yaitu peserta didik memiliki masalah dan permasalahan tersebut mesti disembuhkan atau direhabilitasi. Masalah kurang percaya diri membutuhkan suatu konseling khusus. Peran yang bersifat kuratif bermakna bahwa layanan konseling sekolah ditujukan untuk memperbaiki sikap peserta didik yang terlanjur kurang percaya

---

<sup>8</sup> Hasan Baharun and Rohmatul Ummah, “Strengthening S Tudents ’ Character in Akhlaq Subject Through Problem Based Learning Model,” *Tadris Jurnal Keguruan Dan Ilmu Tarbiyah* 3, no. 1 (2018): 21.

<sup>9</sup> Sunaryo karta dinata, *Arah Kebijakan Pengembangan dan Kode etik Profesi Bimbingan dan Konseling Indonesia. Dalam Mamat Supriatna (Editor), Bimbingan dan Konseling Berbasis Kompetensi: Orientasi Dasar Pengembangan profesi konselor*, Rajawali Pers, Jakarta, 2011, h.8.

<sup>10</sup> Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, *Kamus Besar Bahasa Indonesia Edisi III*, Balai Pustaka, Jakarta, 2003, h. 667.

diri dalam banyak hal, baik mengenai belajar, bergaul, berkomunikasi, dan sebagainya.<sup>11</sup>

Proses layanan konseling di sekolah dapat dilakukan secara mandiri dan terencana yang dirancang dalam program pelayanan bimbingan dan konseling (PPBK), dan juga bersama-sama pendidik lain (guru bidang studi misalnya) melaksanakan sekolah yang dilakukan secara sinergis dari beberapa pihak.<sup>12</sup>

Hal ini bertujuan agar proses layanan bimbingan dan konseling di sekolah dapat dilaksanakan oleh peserta didik secara mandiri. Lingkup bidang yang dapat diperankan atau dilakukan Guru BK untuk meningkatkan rasa percaya diri peserta didik, diantaranya dapat menggunakan bidang layanan konseling kelompok.

Adapun yang dimaksud Konseling kelompok merupakan suatu kegiatan yang mengandung unsur psikopedagogis yang memanfaatkan dinamika kelompok, dengan jumlah anggota kelompok yang dibatasi 8-15 orang. Konseling kelompok diperkirakan tepat digunakan sebagai salah satu bentuk layanan konseling untuk dapat diberikan kepada peserta didik yang memiliki percaya diri yang rendah dilingkungannya, peserta didik yang mengikuti kegiatan konseling kelompok dapat secara langsung berlatih menciptakan dinamika kelompok, yaitu berlatih berbicara, menanggapi, mendengarkan dan bertenggang rasa dalam suasana kelompok. Kegiatan ini merupakan tempat

---

<sup>11</sup>*Ibid.*, h, 178

<sup>12</sup>Mohammad Surya, *Mewujudkan Bimbingan dan Konseling Profesional*, diterbitkan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia Bandung, 2008, h. 177

pengembangan diri dalam rangka belajar berkomunikasi secara positif dan efektif dalam kelompok kecil.<sup>13</sup>

Pendapat di atas menjelaskan bahwa dalam kegiatan bimbingan kelompok akan memanfaatkan proses kelompok dengan pemimpin kelompok, seperti berkomunikasi dan interaksi untuk mengembangkan diri. Anggota kelompok akan memanfaatkan proses kelompok untuk melatih diri dalam mengemukakan pendapatnya membahas yang dialaminya dengan tuntas, peserta didik dapat saling bertukar informasi, memberi saran dan belajar memecahkan masalah yang dihadapi anggota bersama-sama, dapat berbagi pengalaman dan diskusi sehingga kegiatan bimbingan menunjang perkembangan pribadi peserta didik yang mengarah pada peningkatan rasa percaya diri.

Sementara itu, bermain peran sangat penting untuk menumbuhkan keceriaan dan keaktifan peserta didik, Menurut E Mulyasa, “Melalui bermain peran peserta didik mencoba mengeksplorasi hubungan-hubungan antar manusia dengan cara memperagakannya dan mendiskusikannya sehingga secara bersama-sama peserta didik dapat mengeksplorasi perasaan-perasaa, sikap-sikap, nilai-nilai, dan berbagai strategi pemecahan masalah.”<sup>14</sup>. Pendapat ini

---

<sup>13</sup> S. Winkel, *Bimbingan dan Konseling di Insitut Pendidikan* , Grasindo, Jakarta, 1991

<sup>14</sup>H.E. Mulyasa, *Implementasi Kurikulum 2004 Panduan Pembelajaran*, Remaja Rosda Karya, (Bandung, 2006), h, 139



merupakan grand teori hubungan antara teknik bermain peran dengan peningkatan rasa percaya diri peserta didik.

Indikator bermain peran yang berhasil yaitu peserta didik menyukai proses permainan, antusias, ceria, bersemangat dan mendapat pelajaran dari apa yang diperankan. Teknik bermain peran dapat diterapkan dalam layanan bimbingan dan konseling kelompok disekolah karena terdapat hubungan antara teknik bermain peran dengan usaha menumbuhkan/meningkatkan rasa percaya diri peserta didik secara bersama, melalui bermain peran akan membantu para peserta didik menemukan makna dari lingkungan sosial yang bermanfaat bagi dirinya. Melalui Teknik bermain peran peserta didik diajak untuk belajar memecahkan masalah-masalah pribadi yang sedang dihadapinya dengan bantuan kelompok sosial yang beranggotakan teman-teman sekelas. Sebab menurut E. mulyasa, bermain peran berakar pada dimensi pribadi dan sosial. Dari dimensi pribadi, ini guru dapat membantu peserta didik menemukan makna dari lingkungan sosial yang bermanfaat bagi dirinya<sup>15</sup>

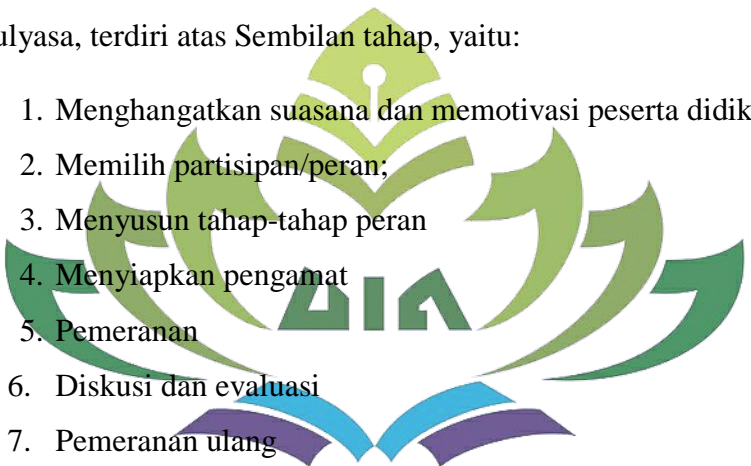
Bermain peran merupakan suatu teknik yang berusaha mengajak para peserta didik atau anggota kelompok untuk bisa berperan atau memainkan sesuatu hal dalam dramatisasi masalah sosial yang mengandung persoalan yang harus diselsaikan. Peserta didik bertindak sebagai pemeran dan yang lainnya

---

<sup>15</sup>*Ibid.*, h.139

sebagai pengamat. Seorang pemeran harus mampu menghayati peran yang dimainkannya sehingga dapat pelajaran darinya.<sup>16</sup>

Teknik bermain peran dalam bimbingan kelompok berfungsi untuk memfasilitasi terjadinya peningkatan perilaku komunikasi peserta didik melalui keterampilan membantu yang digunakan sebagai cara untuk mengaktifkan kelompok, serta potensi peserta didik sebagai media rekreasi. Kegiatan bimbingan kelompok dengan memanfaatkan Teknik bermain peran ini menurut E Mulyasa, terdiri atas Sembilan tahap, yaitu:

- 
1. Menghangatkan suasana dan memotivasi peserta didik
  2. Memilih partisipan/peran;
  3. Menyusun tahap-tahap peran
  4. Menyiapkan pengamat
  5. Pemeranan
  6. Diskusi dan evaluasi
  7. Pemeranan ulang
  8. Diskusi dan evaluasi tahap dua
  9. Membagi pengalaman dan mengambil kesimpulan<sup>17</sup>

Bermain peran kemudian dibaca oleh peserta didik yang sudah dibentuk sebelumnya untuk digunakan diskusi kelompok. Dalam format kelompok peningkatan keterampilan di mana peserta didik diharapkan mendapat kesempatan untuk mempelajari teknik wawancara secara eksperimental,

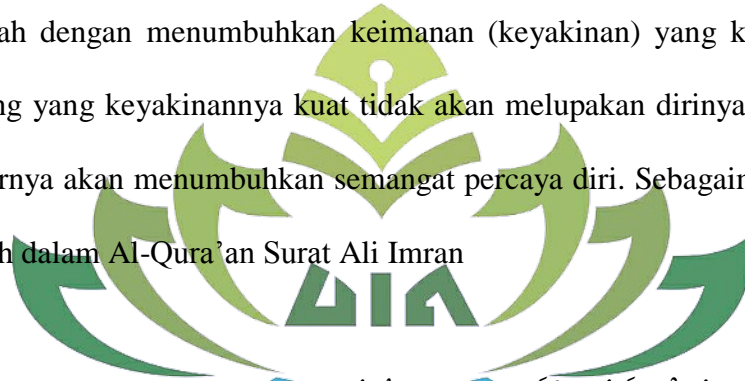
---

<sup>16</sup>*Ibid.*, h. 140

<sup>17</sup>*Ibid.*, h. 143

"bermainan peran script" umumnya bahwa peserta didik yang bermain peran telah diberi petunjuk tentang siapa yang sedang dia mainkan, karakteristik peran, dan kemungkinan gejala, tekanan, dan sebagainya. Terkadang skrip ini mencakup beberapa pernyataan spesifik yang "harus dikatakan peran". Saat permainan peran dimulai, peserta lain kemudian mempraktekkan keterampilan mewawancarainya.<sup>18</sup>

Dalam konsep Islam, kunci menghadirkan kepercayaan diri yang kuat adalah dengan menumbuhkan keimanan (keyakinan) yang kuat didalam hati. Orang yang keyakinannya kuat tidak akan melupakan dirinya sendiri dan pada akhirnya akan menumbuhkan semangat percaya diri. Sebagaimana difirmankan Allah dalam Al-Qura'an Surat Ali Imran



وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ ١٣٩

Artinya:

*"Janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, padahal kamulah orang-orang yang paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman."* (Q.S. Ali Imran: 139).

إِنَّ الَّذِينَ قَالُوا رَبُّنَا اللَّهُ ثُمَّ اسْتَقَمُوا تَتَنَزَّلُ عَلَيْهِمُ الْمَلَائِكَةُ أَلَّا تَخَافُوا  
وَلَا تَحْزَنُوا وَأَبْشِرُوا بِالْجَنَّةِ الَّتِي كُنْتُمْ تُوعَدُونَ ٣٠

Artinya:

---

<sup>18</sup>Shawn Christopher shea, Primer for Individual Role Playing and Scripted Group Role Playing dalam *Journal Teaching Clinical interviewing Skills Using Role-Playing*, 2015, h. 148



*"Sesungguhnya orang-orang yang mengatakan: "Tuhan kami ialah Allah" kemudian mereka meneguhkan pendirian mereka, maka malaikat akan turun kepada mereka (dengan mengatakan): "Janganlah kamu merasa takut dan janganlah kamu merasa sedih; dan bergembiralah kamu dengan (memperoleh) surga yang telah dijanjikan Allah kepadamu". (Q.S. Fusshilat: 30).*

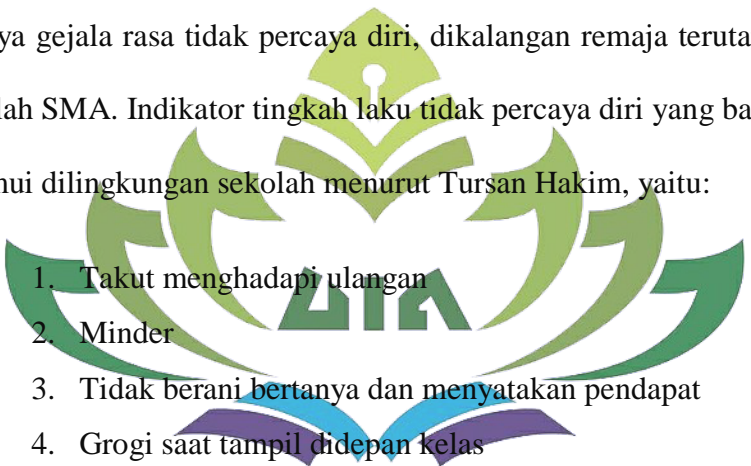
Ayat-ayat di atas dapat dikategorikan dengan ayat yang berbicara tentang persoalan percaya diri karena berkaitan dengan sifat dan sikap seorang mukmin yang memiliki nilai positif terhadap dirinya dan memiliki keyakinan yang kuat.

Dari ayat di atas nampak bahwa orang yang percaya diri dalam al-Qur'an disebut sebagai orang yang tidak takut dan sedih serta mengalami kegelisahan adalah orang-orang yang beriman dan orang-orang yang *istiqomah*. Banyaknya ayat-ayat lain yang menggambarkan tentang keistimewaan kedudukan manusia di muka bumi dan juga bahkan tentang keistimewaan umat Islam, yang menurut penulis merupakan ayat-ayat yang dapat dipergunakan untuk meningkatkan rasa percaya diri.

Kepercayaan diri sosial, terkadang diartikan kemanjuran sosial, merupakan kepercayaan kuat pada diri seseorang, kemampuan untuk berinteraksi dalam setting sosial untuk membangun atau memelihara hubungan interpersonal. Orang dengan kepercayaan diri sosial rendah cenderung lebih rentan terhadap pengaruh orang lain, Ini menunjukkan rendah tingkat kepercayaan menempatkan seseorang ke posisi bawah dari orang lain. Pada kasus ini, kepercayaan diri sosial akan membuat orang lebih bergaul dengan

orang-orang disekitar mereka. Seseorang dengan kepercayaan diri dengan demikian memberikan kesempatan bagi orang untuk menilai dengan benar pengaturan sosial mereka, menuntun mereka untuk terlibat dalam perilaku sosial yang lebih dapat diterima dan menarik bagi teman sebaya, dan juga memberi lebih banyak keputusan yang dapat diterima secara sosial untuk kemudian di ikuti oleh orang lain.<sup>19</sup>

Terdapat berbagai macam tingkah laku yang merupakan pencerminan adanya gejala rasa tidak percaya diri, dikalangan remaja terutama yang berusia sekolah SMA. Indikator tingkah laku tidak percaya diri yang banyak dan mudah ditemui dilingkungan sekolah menurut Tursan Hakim, yaitu:

- 
1. Takut menghadapi ulangan
  2. Minder
  3. Tidak berani bertanya dan menyatakan pendapat
  4. Grogi saat tampil di depan kelas
  5. Timbulnya rasa malu yang berlebihan
  6. Tumbuhnya sikap pengecut
  7. Sering mencontek saat menghadapi tes
  8. Mudah cemas dalam menghadapi berbagai situasi
  9. Salah tingkah dalam menghadapi lawan jenis
  10. Tawuran dan maen kroyok<sup>20</sup>

---

<sup>19</sup> Luke Greenacre, Self Confidence and the Ability to Influence dalam *Academy of Marketing Studies Journal*, Volume 18, Nomor 2, 2014, h. 170

<sup>20</sup>Tursan Hakim, *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*, Jakarta : Puspa Swara, 2005, h. 72

Dapat disimpulkan bahwa gejala tingkah laku yang mencirikan peserta didik kurang percaya diri seperti minder, grogi saat tampil didepan kelas, sering mencontek saat dikelas, menghadapi tes, mudah cemas menghadapi situasi, hingga tawuran dan main keroyok. Berdasarkan dari hasil wawancara dengan Pendidik BK disekolah, diperoleh informasi bahwa terdapat beberapa peserta didik yang kurang percaya diri terutama dikelas XI IPA 7, dalam proses pembelajaran kurangnya keaktifan, ketika ditanya soal-soal pelajaran tidak berani menjawab dan tidak berani menyatakan pendapat nya.

Berdasarkan hasil observasi saat saya memasuki ke kelas XI IPA 7 peserta didik memang ada yang aktif ada yang hanya diam saja, ada yang minder karna selalu disindir-sindir lalu di jauhi temannya, Dimana peserta didik menunjukkan indikator kurang percaya diri seperti, menunjukkan rasa minder, tidak berani bertanya dan berpendapat, pada saat mengikuti pelajaran di kelas. Hal ini dapat dilihat dari perilaku siswa yang nampak pada kesehariannya dalam mengikuti kegiatan belajar di kelas. Selain itu data juga diperoleh melalui hasil observasi, alat yang digunakan untuk observasi cek list.

Adapun 10 peserta didik dari 34 Peserta didik di kelas XI IPA 7 yang memiliki percaya diri rendah dikemukakan berikut ini, yang berasal dari hasil wawancara dan observasi :

Table 1  
Data Percaya Diri Rendah Peserta Didik SMA Al-Azhar 3

No	Aspek	Nama Inisial									
		FA Z	PD S	RA P	D	NS	NJ	NL	NA	PAZ	MYH



1	Selalu takut menghadapi ulangan	√	√		√		√				√
2	Minder		√	√							
3	Tidak berani bertanya dan menyatakan pendapat	√		√		√	√			√	
4	Gerogi saat tampil didepan kelas	√				√	√		√	√	√
5	Timbulnya rasa malu yang berlebihan				√				√		√
6	Tumbuhnya sikap pengecut	√				√				√	
7	Sering mencontek saat menghadapi tes				√		√				
8	Mudah cemas dalam menghadapi berbagai situasi		√					√	√		
9	Salah tingkah dalam menghadapi lawan jenis					√		√	√		√
10	Tawuran dan maen kroyok										

Sumber: Dokumentasi

Berdasarkan temuan lapangan tersebut maka, penelitian ini memfokuskan dengan memberikan layanan konseling kelompok dengan teknik bermain peran kepada 10 peserta didik yang memiliki rasa percaya diri rendah tersebut. Melalui layanan ini diharapkan 10 peserta didik dapat meningkatkan rasa percaya diri nya menjadi lebih baik.

## B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang maka permasalahan uraian penelitian ini dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Terdapat peserta didik takut menghadapi ulangan
2. Terdapat peserta didik yang menyendiri karena minder
3. Terdapat peserta didik sering mencontek pada saat ulangan,
4. Terdapat peserta didik yang mudah cemas dalam menghadapi berbagai situasi
5. Terdapat peserta didik tidak berani bertanya dan menyatakan pendapat.
6. Terdapat peserta didik yang gerogi saat tampil didpan kelas
7. Terdapat peserta didik salah tingkah terhadap lawan jenis.

#### **C. Pembatasan Masalah**

Mengingat luasnya permasalahan tersebut, maka penulis membatasi masalah hanya pada melihat proses Penerapan Konseling Kelompok dengan Teknik bermain peran untuk meningkatkan percaya diri peserta didik kelas XI IPA 7 SMA Al-Azhar 3 Bandar Lampung.

#### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan Latar belakang dan identifikasi di atas maka rumusan masalahnya adalah Bagaimana proses penerapan konseling kelompok dengan teknik bermain peran dapat meningkatkan percaya diri peserta didik kelas XI IPA 7 SMA Al-Azhar 3?

## **E. Tujuan dan Manfaat penelitian**

### **1. Tujuan Penelitian**

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini yaitu :

Untuk mengetahui proses penerapan konseling kelompok dengan teknik bermain peran dapat meningkatkan percaya diri peserta didik kelas XI IPA 7 SMA Al-Azhar 3.

### **2. Manfaat Penelitian**

#### **a. Manfaat teoritis**

Secara teoritis, hasil penelitian ini dapat memberikan sumbangan ilmu pengetahuan khususnya Bimbingan dan Konseling tentang pengembangan rasa percaya diri peserta didik

#### **b. Manfaat Praktis**

Hasil penelitian ini diharapkan berguna untuk memberikan sumbangan pemikiran kepada Pendidik pembimbing dan tenaga kependidikan lainnya dalam meningkatkan rasa percaya diri peserta didik.

## **BAB II**

### **LANDASAN TEORI**

#### **A. Konseling Kelompok**

##### **1. Pengertian Konseling Kelompok**

Konseling kelompok adalah suatu upaya bantuan kepada peserta didik dalam suasana kelompok yang bersifat pencegahan dan penyembuhan, dan diarahkan kepada pemberian kemudahan dalam rangka perkembangan dan pertumbuhannya. Konseling kelompok bersifat pencegahan, dalam arti bahwa klien-klien (peserta didik) yang bersangkutan mempunyai kemampuan untuk berfungsi sejara wajar dalam masyarakat, tetapi mungkin memiliki sesuatu titik lemah dalam kehidupannya sehingga mengganggu kelancaran berkomunikasi dengan orang lain. Konseling kelompok bersifat pemberian kemudahan dalam pertumbuhan dan perkembangan individu, dalam arti bahwa konseling kelompok itu menyajikan dan memberikan dorongan kepada individu-individu yang bersangkutan untuk mengubah dirinya selaras dengan minatnya sendiri. Dalam hal ini, individu-individu tersebut didorong untuk



melakukan tindakan yang selaras dengan kemampuannya semaksimal mungkin melalui perilaku perwujudan diri.<sup>1</sup>

## 2. Tujuan Konseling Kelompok

Kesuksesan konseling kelompok sangat dipengaruhi oleh sejauh mana keberhasilan tujuan yang akan dicapai dalam konseling kelompok yang diselenggarakan .

Adapun tujuan konseling kelompok :

1. Mampu berbicara didepan orang banyak
2. Mampu mnegeluarkan pendapat, ide, saran, tanggapan, perasaan dan lain sebagainya kepada orang banyak
3. Belaja menghargai pendapat orang lain
4. Bertanggung jawab atas pendapat yang dikemukakannya
5. Mampu mengendalikan diri menahan emosi (gejolak kejiwaan yang bersifat negatif)
6. Dapat bertenggang rasa
7. Menjadi akrab satu sama lainnya
8. Membahas masalah atau topik-topik umum yang dirasakan atau menjadi kepentingan bersama<sup>2</sup>

Dari pendapat di atas dapat diambil pemahaman bahwa layanan bimbingan dan konseling kelompok merupakan media pengembangan diri untuk dapat berlatih berbicara, menanggapi, memberi menerima pendapat

<sup>1</sup> Achmad Juntika Nurihsan, *Strategi Layanan Bimbingan & Konseling*, Bandung, 2012, h.21-

<sup>2</sup> Prayitno, *Layanan Bimbingan dan Konseking Kelompok* (Ghalia Indonesia, Jakarta,1995),

orang lain, membina sikap dan perilaku yang normatif serta aspek-aspek positif lainnya, termasuk membangun rasa percaya diri peserta didik. Tujuan tersebut pada gilirannya akan mengantarkan para peserta didik untuk dapat mengembangkan potensi diri serta dapat meningkatkan rasa percaya diri mereka dalam kehidupan sehari-hari.

### 3. Makna Layanan Konseling Kelompok

Layanan konseling kelompok mengikuti sejumlah peserta dalam bentuk kelompok dengan konselor sebagai pemimpin kegiatan kelompok. Layanan konseling kelompok mengaktifkan dinamika kelompok untuk membahas berbagai hal yang berguna bagi pengembangan pribadi dan pemecahan masalah individu peserta didik yang menjadi peserta layanan. Dalam konseling kelompok dibahas masalah pribadi yang dialami oleh masing-masing anggota kelompok. Masalah pribadi dibahas melalui suasana dinamika kelompok yang intens dan konstruktif, diikuti oleh semua anggota kelompok dibawah bimbingan pemimpin kelompok (pembimbing atau konselor). Berdasarkan deskripsi di atas, Layanan konseling kelompok dapat dimaknai sebagai suatu upaya pembimbing atau konselor membantu memecahkan masalah-masalah pribadi yang dialami oleh masing-masing anggota kelompok melalui kegiatan kelompok agar tercapai perkembangan optimal. Didalam layanan konseling kelompok, dinamika kelompok harus dapat dikembangkan secara baik, sehingga mendukung pencapaian tujuan layanan secara efektif. Sebagaimana halnya bimbingan kelompok, konseling

kelompok pun harus dipimpin oleh seseorang pembimbing (konselor) terlatih dan berwenang menyelenggarakan praktik konseling profesional. Dalam konseling kelompok, tugas pemimpin kelompok adalah:

1. Membentuk kelompok yang terdiri atas 8-10 orang sehingga terpenuhi syarat-syarat kelompok yang mampu secara aktif mengembangkan dinamika kelompok, yaitu :
  - a. Terjadinya hubungan antara anggota kelompok menuju keakraban diantara mereka
  - b. Tumbuhnya tujuan bersama diantara anggota kelompok dalam suasana keakraban
  - c. Berkembang iktikad dan tujuan bersama untuk mencapai tujuan kelompok
  - d. Terbinanya kemandirian pada setiap anggota kelompok, sehingga mereka masing-masing mampu berbicara
  - e. Terbinanya kemandirian kelompok sehingga kelompok berusaha dan mampu tampil beda dari kelompok lainnya
2. Memimpin kelompok yang bernuansa layanan konseling melalui Bahasa konseling untuk mencapai tujuan-tujuan konseling. Pemimpin kelompok dituntut untuk menghidupkan dinamika kelompok diantara semua peserta secara instensif yang mengarah kepada pencapaian tujuan-tujuan umum dan khusus layanan konseling kelompok.

3. Melakukan pestruktur, yaitu membahas bersama anggota kelompok tentang apa, mengapa, dan bagaimana layanan konseling kelompok dilaksanakan.
4. Melakukan pentahapan kegiatan konseling kelompok
5. Memberikan penilaian segera hasil layanan konseling kelompok
6. Melakukan tindak lanjut layanan konseling kelompok.<sup>3</sup>

#### 4. Asas-asas Konseling Kelompok

Menurut Prayitno dalam bukunya yang telah dikutip di atas, terdapat beberapa asas dalam konseling kelompok, diantaranya yaitu:

- a. Asas kerahasiaan, yaitu para anggota harus menyimpan dan merahasiakan informasi apa yang dibahas dalam kelompok, terutama hal-hal yang tidak layak diketahui orang lain
- b. Asas keterbukaan, yaitu para anggota bebas dan terbuka mengemukakan pendapat, ide, saran, tentang apa saja yang dirasakan dan dipikirkannya tanpa adanya rasa malu dan ragu-ragu
- c. Asas kesukarelaan, yaitu semua anggota dapat menampilkan diri secara spontan tanpa malu atau dipaksa teman lain atau pemimpin kelompok

---

<sup>3</sup>Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah Madrasah(Berbasis Integrasi*, (Jakarta: Rajawali Pers, 2013) h. 171-173



- d. Asas kenormatifan yaitu semua yang dibicarakan dalam kelompok tidak boleh bertentangan dengan norma-norma dan kebiasaan yang berlaku
- e. Asas kegiatan, yaitu partisipasi semua anggota kelompok dalam mengemukakan pendapat sehingga cepat tercapainya tujuan bimbingan kelompok.<sup>4</sup>

### 5. Dinamika Kelompok

Dalam kegiatan bimbingan kelompok, dinamika kelompok sengaja ditumbuh kembangkan. Dinamika kelompok adalah hubungan interpersonal yang ditandai dengan semangat, kerjasama antar anggota kelompok, saling berbagi pengetahuan, pengalaman dan mencapai tujuan kelompok. Hubungan yang interpersonal inilah yang nantinya akan mewujudkan rasa kebersamaan di antara anggota kelompok, menyatukan kelompok untuk dapat lebih menerima satu sama lain, lebih saling mendukung cenderung untuk membentuk hubungan yang berarti dan bermakna di dalam kelompok. Menurut Prayitno, dinamika kelompok merupakan sinergi dari semua factor yang ada dalam suatu kelompok, artinya merupakan pengarahan secara serentak semua faktor yang dapat digerak kan dalam kelompok itu. Dengan demikian dinamika kelompok merupakan jiwa yang menghidupi suatu kelompok.<sup>5</sup>

---

<sup>4</sup> Prayitno, *Op.Cit.*, h. 179

<sup>5</sup> *Ibid*, h. 23

## 6. Tahap-tahap Konseling Kelompok

Ada empat tahap yang perlu dilalui dalam pelaksanaan konseling kelompok yaitu tahap pembentukan, peralihan, kegiatan, dan pengakhiran. Tahap-tahap itu dapat diuraikan sebagai berikut:

### a. Tahap pembentukan

Tahap ini tahap pengenalan dan melibatkan dari anggota ke dalam kelompok dengan bertujuan agar anggota memahami maksud bimbingan kelompok. Pemahaman anggota kelompok memungkinkan anggota kelompok aktif berperan dalam kegiatan bimbingan kelompok yang selanjutnya dapat menumbuhkan suasana saling mengenal, percaya, menerima, dan membantu teman-teman yang ada dalam kelompok. Kegiatan yang dilakukan pada tahap ini adalah mengungkapkan pengertian dan tujuan kegiatan kelompok dalam rangka pelayanan konseling kelompok, menjelaskan cara-cara dan asas-asas kegiatan kelompok, anggota kelompok saling memperkenalkan diri dan mengungkapkan diri, dan mulai melakukan permainan pengakraban.

### b. Tahap peralihan

Tahap ini tahap transisi dari tahap pembentukan ke tahap kegiatan. Dalam menjelaskan kegiatan apa yang akan dilaksanakan pemimpin kelompok dapat menegaskan jenis kegiatan bimbingan kelompok tugas atau bebas. Setelah jelas kegiatan apa yang harus dilakukan

maka tidak akan muncul keraguan-keraguan atau belum siapnya anggota dalam melaksanakan kegiatan dan manfaat yang diperoleh setiap anggota kelompok. Kegiatan yang dilakukan dalam tahap ini adalah pemimpin kelompok menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh pada tahap berikutnya, menawarkan atau mengamati, apakah para anggota sudah siap menjalani kegiatan pada tahap selanjutnya (tahap ketiga), membahas suasana yang terjadi, meningkatkan kemampuan keikutsertaan anggota dan bila perlu kembali ke beberapa tahap pertama (tahap pembentukan).

c. Tahap kegiatan

Tahap ini merupakan tahap inti dari kegiatan konseling kelompok dengan suasana yang ingin dicapai, yaitu terbahasnya secara tuntas permasalahan yang dihadapi oleh anggota kelompok dan terciptanya suasana untuk mengembangkan diri, baik yang menyangkut pengembangan kemampuan berkomunikasi maupun menyangkut pendapat yang dikemukakan oleh kelompok. Kegiatan yang dilakukan pada tahap ini untuk topik tugas adalah pemimpin kelompok mengemukakan suatu topik untuk dibahas oleh kelompok, kemudian terjadi tanya jawab antara anggota dan pemimpin kelompok tentang hal-hal yang belum jelas menyangkut topik yang dikemukakan pemimpin kelompok. Selanjutnya anggota membahas topik tersebut secara mendalam dan tuntas, serta dilakukan kegiatan selingan bila

diperlukan. Sedangkan untuk konseling kelompok topik bebas, kegiatan yang dilakukan adalah masing-masing anggota secara bebas mengemukakan topik bahasan, menetapkan topik yang akan dibahas dulu, kemudian anggota membahas topik secara mendalam dan tuntas, serta diakhiri kegiatan permainan.

d. Tahap Pengakhiran

Tahap ini terdapat kegiatan yaitu penilaian (evaluasi). Tahap ini merupakan tahap penutup dari serangkaian kegiatan konseling kelompok dengan tujuan telah tuntasnya topik yang dibahas oleh kelompok tersebut. Kegiatan kelompok berpusat pada pembahasan dan penjelasan tentang kemampuan anggota kelompok untuk menetapkan hal-hal yang telah diperoleh konseling kelompok dalam kehidupan sehari-hari. Oleh karena itu pemimpin kelompok berperan untuk memberikan penguatan (reinforcement) terhadap hasil-hasil yang telah dicapai oleh kelompok tersebut. Kegiatan yang dilakukan dalam tahap ini pemimpin kelompok mengemukakan bahwa kegiatan akan segera diakhiri, pemimpin kelompok dan anggota kelompok mengemukakan kesan dan hasil-hasil kegiatan, kemudian mengemukakan pesan dan harapan.<sup>6</sup>

---

<sup>6</sup> Zainal Aqib. *Ikhtisar Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. (Bandung: Yrama Widya, 2012), h. 132-133



## 7. Teknik layanan konseling kelompok

Secara umum Teknik-teknik yang diterapkan dalam layanan bimbingan kelompok bisa diterapkan dalam layanan konseling kelompok. Beberapa Teknik yang bisa digunakan dalam layanan konseling kelompok adalah:

Pertama: Teknik umum (pengembangan dinamika kelompok). Secara umum Teknik-teknik yang digunakan dalam penyelenggaraan layanan konseling kelompok mengacu kepada berkembangnya dinamika kelompok yang diikuti oleh seluruh anggota kelompok untuk mencapai tujuan layanan. Adapun Teknik-teknik tersebut secara garis besar meliputi:

1. Komunikasi multiarah secara efektif dinamis dan terbuka
2. Pemberian rangsangan untuk menimbulkan inisiatif dalam pembahasan, diskusi, analisis, pengembangan argumentasi.
3. Dorongan minimal untuk memantapkan respond dan aktivitas anggota kelompok.
4. Penjelasan, pendalaman, dan pemberian contoh untuk lebih memantapkan analisis, argumentasi dan pembahasan.
5. Pelatihan untuk membentuk pola tingkah laku baru yang dikehendaki.

Sebagaimana halnya layanan bimbingan kelompok, implementasi Teknik-teknik di atas diawali dengan penstrukturan untuk memberikan penjelasan dan pengarahan pendahuluan tentang layanan konseling kelompok. selain hal itu, berbagai kegiatan selingan ataupun permainan dapat

diselenggarakan untuk memperkuat jiwa kelompok, memantapkan pembahasan, dan relaksasi. Sebagai penutup, kegiatan pengakhiran (teknik mengakhiri) dapat dilaksanakan.

Kedua: teknik permainan kelompok. Dalam layanan konseling kelompok dapat diterapkan teknik permainan baik sebagai selingan atau sebagai wahana (media) yang memuat materi pembinaan tertentu. Permainan kelompok harus memenuhi ciri-ciri sebagai berikut:

- a. Sederhana
- b. Menggembirakan
- c. Menimbulkan suasana rileks dan tidak melelahkan
- d. Meningkatkan keakraban dan
- e. Diikuti oleh semua anggota kelompok.

Konselor atau pembimbing harus memilih jenis-jenis permainan yang relevan dengan materi pembahasan dalam kegiatan layanan (sesi konseling).<sup>7</sup>

## **B. Teknik Bermain Peran**

### **1. Pengertian Teknik bermain peran**

Manusia merupakan makhluk sosial dan individual yang dalam hidupnya senantiasa berhadapan dengan manusia lain, atau situasi-situasi disekelilingnya. Mereka berinteraksi, berkorespondensi, dan pengaruh-mempengaruhi. Sebagai makhluk individu, manusia memiliki pola yang unik dalam berhubungan dengan manusia lain. Ia memiliki perasaan sedih, gembira, dan senang. Manipestai-manipestasi perasaan ini menurut E

---

<sup>7</sup> Tohirin, *Op.Cit.* h, 174-175

Mulyasa, berhubungan dengan peran, yaitu rangkaian perasaan, ucapan, tindakan, sebagai suatu pola hubungan yang unik yang ditunjukkan oleh individu dengan individu yang lain.<sup>8</sup>

Sebagian besar orang dengan mudah dapat mengatakan bermain peran, namun ketika ditanya apa maksudnya, ternyata tidak mudah menjawabnya. Demikian pula yang dimaksud dengan permainan, sepintas sangat mudah, namun demikian mereka tidak dapat memberi batasan apa yang dimaksud dengan permainan tersebut. Dengan bermain anak akan memperoleh kesempatan memilih kegiatan yang disukainya, bereksperimen dengan berbagai macam bahan dan alat, berimajinasi memecahkan masalah dan bercakap-cakp secara bebas, berperan dalam kelompok, bekerjasama dalam kelompok, dan memperoleh pengalaman yang menyenangkan. Inilah hakekat permainan peran.

Dalam hubungannya dengan Teknik pembelajaran, bermain peran mengajak peserta didik untuk dapat mendramatisasikan tingkah laku, atau ungkapan gerak-gerik wajah seseorang dalam hubungan sosial. Dengan Teknik bermain peran dimana siswa bisa berperan atau memainkan peranan dalam dramatisasi masalah sosial/ psikologis.<sup>9</sup>. Menurut Winkel dalam

---

<sup>8</sup> H.E. Mulyasa, *Pengembangan dan implementasi kurikulum 2004*, Remaja Rosda Karya, Bandung, 2013, h. 112

<sup>9</sup> *Ibid*, h.113-115

penulis jurnal Ni Ketut Desia Tritiantari, sosiodrama adalah dramatisasi dari persoalan-persoalan yang dapat timbul dalam pergaulan dengan orang lain.<sup>10</sup>

Dengan pengertian lain, Teknik bermain peran termasuk suatu acara yang dilakukan dengan peragaan dan memerankan sesuatu yang berhubungan dengan persoalan-persoalan yang dapat timbul dalam pergaulan dengan orang-orang lain.

Menurut Zakiah Daradjat dkk, Teknik bermain peran berarti peserta didik memainkan suatu peranan tertentu dan yang dimainkannya itu ialah tingkah laku manusia didalam hubungan sosial<sup>11</sup>

Jadi permainan bermain peran (*role playing*) sangat tepat untuk peragaan yang berhubungan dengan tingkah laku dan perasaan sehingga siswa dapat berperan dalam kelompok, berimajinasi memecahkan masalah, mendramatisasikan tingkah laku seseorang dalam pergaulan sosial.

Masih menurut Zakiah Daradjat, Teknik bermain peran wajar digunakan dalam rangka mencapai tujuan-tujuan yang mengandung sifat-sifat sebagai berikut:

- a. Memahami perasaan orang lain
- b. Membagi pertanggung jawab dan memikulnya
- c. Menghargai pendapat orang lain
- d. Mengambil keputusan dalam kelompok

---

<sup>10</sup> Ni Ketut Desia Tritiantari, "An Effect Of Sociodrama Method Implementation In Students Language Skill At Fourth Grade Elementary School In Cluster Xii Of Buleleng District," *Journal Of Education Tecnology*1 (2017): 46.

<sup>11</sup> Zakiah Daradjat, dkk, *Metodologi Pengajaran Islam*, Bumi Aksara, Jakarta, 2001, h. 150

- e. Membantu penyesuaian diri dengan kelompok
- f. Memperbaiki hubungan sosial
- g. Mengenali nilai-nilai dan sikap
- h. Melakukan ajar ulang atau memperbaiki sikap-sikap yang salah<sup>12</sup>

## 2. Fungsi Teknik Bermain Peran

Menurut Hartley, Frank dan Goldensen dalam buku Daradjat ada beberapa fungsi bermain peran pada peserta didik yaitu:

- a. Untuk melakukan berbagai peran yang ada didalam kehidupan nyata
- b. Untuk mencerminkan hubungan dalam keluarga dari pengalaman hidup yang nyata
- c. Untuk menyalurkan perasaan yang kuat
- d. Untuk melepaskan dorongan-dorongan yang tidak dapat diterima
- e. Untuk kilas balik peran-peran yang biasa dilakukan
- f. Mencerminkan tumbuhan.
- g. Untuk memecahkan masalah dan mencoba berbagai penyelesaian masalah.<sup>13</sup>

Jadi fungsi bermain peran yaitu untuk melatih peserta didik melakukan berbagai peran yang ada didalam kehidupan nyata, mudah memahami masalah-masalah sosial, dapat merasakan perasaan orang lain, sehingga menumbuhkan sikap saling pengertian, tenggang rasa, toleransi terhadap sesama, dan meningkatkan kemampuan bergaul dengan orang lain secara wajar dan sehat.

## 3. Langkah- Langkah Penerapan Teknik Bermain Peran

Menurut E. Mulyasa, terdapat tiga hal mendasar dalam langkah penerapan bermain peran (*role playing*) disekolah yang efektif, yaitu kualitas

---

<sup>12</sup> *Ibid.* h. 150

<sup>13</sup> *Ibid.*, h.151



pemeranan analisis permainan diskusi, serta pandangan peserta didik terhadap peran yang ditampilkan.<sup>14</sup>

Pelaksanaan Teknik bermain peran dapat mengikuti langkah-langkah yang lebih sistematis yaitu dimulai dari tahap persiapan, penentuan pelaku peranan, bermain peran, diskusi dan ulangan permainan:

a. Persiapan

Dalam langkah persiapan, guru mempersiapkan masalah dari situasi yang berhubungan dengan masalah sosial peserta didik yang akan dijadikan peragaan atau pemilihan tema cerita. Pada langkah ini guru atau pembimbing mencoba menjelaskan mengenai peranan-peranan yang harus dimainkan, pelaksanaan peran dan tugas-tugas bagi mereka yang tidak ikut berperan.

b. Penentuan Pemeranan

Dalam langkah penentuan pemeranan, guru atau pembimbing berusaha mendorong peserta didik untuk bermain peran, dan mulailah diadakan penentuan para pelaku dan menjelaskan bila mana dan betapa harus memulai melakukan peran. Para pelaku itu diberi petunjuk atau contoh sederhana agar mereka siap secara mental.

c. Permainan peran

---

<sup>14</sup> E. Mulyasa, *Op. Cit.*, h. 115

Para pelaku memainkan peranannya masing-masing sesuai dengan imajinasi dan daya tanggap mereka, dan sampai pada suatu klimaks tertentu atau suatu titik kulminasi (puncak) perdebatan yang sangat hangat.

d. Diskusi

Setelah permainan peran selesai maka dilakukan diskusi kelompok membahas permainan yang baru saja diperankan. Diskusi berkisar pada pada tingkah laku para pemeran dalam hubungannya dengan tema cerita sehingga terjadilah suatu pembicaraan yang berupa tanggapan, pendapat, dan beberapa kesimpulan.

e. Ulangan Permainan

Selanjutnya adalah ulangan permainan atau bermain peranan ulangan dengan memperlihatkan pendapat, saran-saran, atau kesimpulan-kesimpulan yang diperoleh dari hasil diskusi.<sup>15</sup>

## C. Percaya Diri

### 1. Pengertian percaya diri

Merumuskan pengertian percaya diri merupakan langkah awal untuk memahami dengan baik masalah kepercayaan diri peserta didik. Percaya diri

---

<sup>15</sup> Zakiah Dradjat dkk, *Op.Cit.*, h. 151-152

termasuk masalah yang tidak remeh. Sebab, dengan adanya rasa percaya diri, maka seseorang akan mampu mengenal dan memahami dirinya sendiri.<sup>16</sup>

Peserta didik yang memiliki rasa percaya diri akan berusaha sekeras mungkin untuk mengeksplorasi semua bakat yang dimilikinya. Seseorang yang memiliki rasa percaya diri akan menyadari kemampuan yang ada pada dirinya, mengetahui dan menyadari bahwa dirinya memiliki bakat, keterampilan atau keahlian sehingga orang tersebut akan bertindak sesuai dengan kapasitas yang dimilikinya. Percaya diri merupakan suatu keyakinan dalam jiwa manusia bahwa tentang hidup apapun harus dihadapi dengan berbuat sesuatu. Percaya diri itu lahir dari kesadaran bahwa jika memutuskan untuk melakukan sesuatu, ssuatu itu pula yang harus dilakukan.<sup>17</sup>

Percaya diri itu akan datang dari kesadaran seorang individu bahwa individu tersebut memiliki tekad untuk melakukan apapun yang harus dikerjakan, sampai tujuan yang ia inginkan tercapai. Tekad untuk melakukan sesuatu tersebut diikuti dengan rasa keyakinan bahwa ia memiliki kemampuan untuk menjapai tujuan yang diinginkan. Percaya diri adalah kepercayaan akan kemampuan sendiri yang memadai dan menyadari kemampuan yang dimiliki, serta dapat memanfaatkannya secara tepat.<sup>18</sup>

---

<sup>16</sup> Iswidharmanjaya & Agung, *Satu Hari Menjadi Lebih Percaya Diri*, Media Komputindo, Jakarta, 2004, h. 13

<sup>17</sup> Angelis, Barbara, *Confidence (Percaya Diri)*, Gramedia Pustaka Utama, Jakarta, 2005, h. 10

<sup>18</sup> Iswidharmanjaya & Agung, *Op.Cit.* h. 13

Rasa percaya diri merupakan suatu keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang dimilikinya dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan di dalam hidupnya.<sup>19</sup> Jadi, dapat dikatakan bahwa seseorang yang memiliki rasa percaya diri akan optimis di dalam melakukan semua aktivitasnya, dan mempunyai tujuan yang realistik, artinya individu tersebut akan membuat tujuan hidup yang mampu untuk dilakukan, sehingga apa yang direncanakan akan dilakukan dengan keyakinan akan berhasil atau akan mencapai tujuan yang telah ditetapkannya. Peserta didik yang memiliki percaya diri akan mampu mengetahui kelebihan yang dimilikinya, karna peserta didik tersebut menyadari bahwa segala kelebihan yang dimiliki, jika tidak dikembangkan, maka tidak akan ada artinya, akan tetapi kalau kelebihan yang dimilikinya mampu dikembangkan dengan optimal maka akan mendatangkan kepuasan sehingga akan menumbuhkan rasa percaya diri. Adapun gambaran merasa puas terhadap dirinya adalah orang yang merasa mengetahui dan mengakui terhadap keterampilan dan kemampuan yang dimilikinya, serta mampu menunjukkan keberhasilan yang dicapai dalam kehidupan sosial.

Peserta didik yang percaya diri akan memandang kelemahan sebagai hal yang wajar dimiliki oleh setiap individu, karena individu yang percaya diri akan mengubah kelemahan yang dimiliki menjadi motivasi untuk mengembangkan kelebihannya dan tidak akan membiarkan kelemahannya

---

<sup>19</sup> Angelis,Barbara, *Op.Cit.* h. 15

tersebut menjadi penghambat dalam mengaktualisasikan kelebihan yang dimilikinya. Sebagai contoh, peserta didik yang selalu menjadi juara kelas mampu menguasai materi pelajaran yang diajarkan di sekolah, sehingga ia merasa yakin dan tidak takut jika disuruh gurunya untuk mengerjakan soal di depan. Bahkan, di dalam setiap mata pelajaran, jika guru memberikan kesempatan bertanya peserta didik yang menjadi juara kelas dapat mengajukan diri tanpa diperintah.<sup>20</sup>

Berdasarkan beberapa pengertian tersebut maka dapat ditarik kesimpulan bahwa percaya diri adalah kesadaran individu akan kelebihan dan kelemahan yang dimilikinya dan kesadaran tersebut membuatnya merasa yakin pada kemampuan yang dimiliki, menerima diri, bersikap optimis dan berpikir positif sehingga dapat bertindak sesuai dengan kapasitasnya serta mampu mengendalikannya.

## 2. Gejala Tidak Percaya Diri

Terdapat berbagai macam tingkah laku yang merupakan pencerminan adanya gejala rasa tidak percaya diri di kalangan remaja awal, terutama kelas XI yang disebut remaja awal. Gejala tingkah laku tidak percaya diri yang banyak dan paling mudah ditemui di lingkungan sekolah antara lain:

1. Takut menghadapi ulangan
2. Minder
3. Tidak berani bertanya dan menyatakan pendapat

---

<sup>20</sup> Yusuf al-Uqshari, *Percaya diri Pasti!*, terj. Abdul Hayyie al-Kattani, Gema Insani Press, Jakarta, 2005, h. 160



4. Groggi saat tampil didepan kelas
5. Timbulnya rasa malu yang berlebihan
6. Tumbuhnya sikap pengecut
7. Sering mencontek saat menghadapi tes
8. Mudah cemas dalam menghadapi berbagai situasi
9. Salah tingkah dalam menghadapi lawan jenis
10. Tawuran dan main keroyok.<sup>21</sup>

Gejala tidak percaya diri tersebut menyimpulkan bahwa gejala tingkah laku yang mencirikan peserta didik kurang percaya diri seperti mudah cemas dalam menghadapi berbagai situasi, malu, tidak berani bertanggung jawab atas tindakan yang dilakukan, sering mencontek pada saat ulangan, tidak yakin akan kemampuan yang dimilikinya. Tidak berani bertanya jika diminta guru untuk bertanya, dan selalu berpikiran negative terhadap dirinya. Gejala-gejala ini biasanya terlihat dan tampak sangat menonjol dikelas ketika proses belajar-mengajar sedang berlangsung.

### **3. Ciri-ciri Orang Yang Percaya diri dan tidak Percaya Diri**

Pemahaman kepribadian percaya diri lebih dalam yaitu dengan melihat ciri-ciri orang yang percaya diri dan tidak percaya diri. Orang yang memiliki rasa percaya diri yang kuat dapat dilihat dari sejumlah ciri-ciri dalam pergaulan kesehariannya. Menurut Yusuf Al-Uqshari, ciri-ciri orang yang percaya diri biasanya orang tersebut selalu merasa yakin dapat melakukan sesuatu, optimis, memiliki keberanian untuk menentukan dan memutuskan

---

<sup>21</sup> *Ibid*, h. 72-88

segala sesuatu, tidak dihantui rasa takut dan cemas. Oleh karena itu, kunci menghadirkan kepercayaan diri yang kuat adalah dengan menumbuhkan keimanan (keyakinan) yang kuat di dalam hati. Orang yang keyakinannya kuat akan selalu percaya diri, sebaliknya orang yang tidak percaya diri selalu menunjukkan gejala ketakutan, kecemasan, keresahan, yang ditunjukkan lewat gejala pendiam, minder, ragu-ragu.<sup>22</sup>

Orang yang percaya diri memiliki sikap peduli dengan orang atau toleransi, mandiri, dan menjadi diri sendiri. Orang yang percaya diri bukan berarti hanya memahami dirinya sendiri sehingga mengabaikan orang lain melainkan menghargai dan peduli terhadap orang lain. Orang yang percaya diri memiliki kebebasan mengarahkan pilihan dan mencurahkan tenaga, berdasarkan keyakinan pada kemampuan dirinya, untuk melakukan hal-hal yang produktif. Oleh karena itu orang yang percaya diri menyukai pengalaman baru, suka menghadapi tantangan, pekerja yang efektif, dan bertanggung jawab sehingga tugas yang dibebankan selesai dengan tuntas.<sup>23</sup>

Beberapa pendapat ahli di atas memiliki banyak kesamaan. Namun, dapat disimpulkan ciri-ciri orang yang percaya diri adalah yakin pada kemampuan diri, optimis, mampu mengendalikan diri, berani menerima dan menghadapi penolakan, berpikir positif, dan memiliki harapan yang realistis.

---

<sup>22</sup> Yusuf al-Uqshari, *Percaya diri Pasti!*, terj. Abdul Hayyie al-Kattani, Gema Insani Press, Jakarta, 2005, h. 171

<sup>23</sup> Iswidharmanjaya & Agung, Op. Cit., h.25

Gambaran mengenai orang yang kurang percaya diri antara lain pesimis, ragu-ragu dan takut dalam menyampaikan gagasan, bimbang dalam menentukan pilihan dan membandingkan diri dengan orang lain.<sup>24</sup>

Berdasarkan uraian para ahli mengenai ciri-ciri orang yang kurang percaya diri, maka dapat disimpulkan bahwa ciri-ciri orang yang kurang percaya diri adalah tidak menunjukkan kemampuan diri, mudah cemas dalam berbagai situasi, mudah putus asa, pesimis, berpandangan negative, tidak memiliki negative, tidak memiliki motivasi, suka menyendiri dari kelompok yang dianggapnya lebih dari dirinya dan bergantung pada orang lain.

#### **4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Terbentuknya Percaya Diri**

Para ahli berkeyakinan bahwa kepercayaan diri diperoleh melalui proses yang berlangsung sejak usia dini. Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi percaya diri yang paling mendasar adalah:

##### **a. Pola Asuh dan interaksi di usia dini**

Sikap orang tua akan di terima anak sesuai dengan persepsinya pada saat itu. Orang tua yang menunjukkan kasih sayang, cinta dan penerimaan serta kelekatan emosional akan membangkitkan rasa percaya diri pada anak tersebut. Anak akan merasa dihargai dan dikasihi. Meskipun anak melakukan kesalahan, dari sikap orang tua anak melihat bahwa dirinya di hargai bukan tergantung pada prestasi ataupun perbuatan baiknya, namun

---

<sup>24</sup> *Ibid.*, h. 13

karna eksitensinya. Anak akan tumbuh menjadi individu yang mampu menilai positif dirinya dan memiliki harapan. Orang tua dan masyarakat seringkali meletakkan standar harapan yang kurang realistis terhadap anak. Sikap suka membanding-bandingkan anak, mempergunjingkan kelemahan anak, tanpa sadar menjatuhkan harga diri anak tersebut. Situasi ini pada akhirnya mendorong anak menjadi individu yang tidak bisa menerima kenyataan dirinya, karna rasa malu. Rasa percaya diri begitu lemah dan ketakutannya semakin besar.

b. Pola fikir yang negatif

Reaksi individu terhadap seseorang ataupun sebuah peristiwa dipengaruhi oleh cara berpikirnya. Individu dengan rasa percaya diri yang rendah cenderung mempersepsi segala sesuatu dari sisi negatif. Ia tidak menyadari bahwa dari dalam dirinyalah semua negatif itu berasal.<sup>25</sup>

Selanjutnya mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi pembentukan rasa percaya diri, menurut surya, antara lain:

1. Aspek psikologis yang meliputi pengendalian diri, suasana hati yang dihayati, citra fisik, citra sosial (penilaian dan menerima lingkungan), self image (pandangan terhadap diri sendiri).

---

<sup>25</sup> Hendra Surya, *Menjadi Manusia Pembelajar*, PT. Elex Media Komputindo, Jakarta, 2009, h.

2. Aspek teknis yang meliputi keterampilan mengarahkan pikiran, keterampilan melakukan sesuatu sesuai dengan cara yang benar, dan keterampilan berfikir kreatif.<sup>26</sup>

Faktor-faktor pembentuk percaya diri terdiri atas aspek psikologis dan aspek keterampilan teknis. Aspek psikologis erat dengan suara hati. Suara hati ini sebagai penilai kekuatan, kesanggupan, keberanian, keberartian, atas segenap kemampuan yang dimiliki seseorang untuk menentukan sikap maupun perbuatan orang tersebut. Suara hati merupakan parameter yang memberi dorongan dari dalam diri seseorang untuk memproses pembentukan percaya diri. Jika proses penilaian kemampuan diri menghasilkan nilai yang tinggi, maka dorongan dan pengendalian pembentukan percaya diri menjadi kuat. Sebaliknya jika penilaian kemampuan negatif, maka percaya diri yang terbentuk menjadi lemah. Orang yang percaya dirinya rendah akan mengalami kesulitan untuk memulai berbuat sesuatu karna disebabkan tidak tahu untuk melakukan serangkaian proses kegiatan yang dilakukan. Orang tersebut belum mampu menyusun tahapan-tahapan untuk melakukan suatu kegiatan dapat diwujudkan dan terselesaikan. Disinilah pentingnya aspek keterampilan teknis, yaitu kemampuan menyusun kerangka berfikir dan keterampilan berbuat secara fokus, terarah dan terukur langkah demi langkah untuk melakukan proses kegiatan atau perbuatan.

## 5. Proses Terbentuknya Percaya Diri

---

<sup>26</sup> *Ibid.*, h.73



Rasa percaya diri yang kuat terjadi melalui beberapa proses, yaitu:

- a. Terbentuknya kepribadian yang baik sesuai proses perkembangan yang melahirkan kelebihan-kelebihan tertentu.
- b. Pemahaman seseorang terhadap kelebihan-kelebihan yang dimilikinya dan melahirkan keyakinan kuat untuk bisa berbuat segala sesuatu dengan memanfaatkan kelebihan-kelebihannya.
- c. Pemahaman dan reaksi positif seseorang terhadap kelemahan-kelemahan yang dimilikinya agar tidak menimbulkan rasa rendah diri atau sulit menyesuaikan diri.
- d. Pengalaman didalam menjalani aspek kehidupan dengan menggunakan segala kelebihan yang ada pada dirinya.<sup>27</sup>

Terbentuknya percaya diawali dengan terbentuknya kepribadian yang baik sesuai perkembangannya. Pemahaman diri terhadap kelebihan dan kelemahan dan reaksi positif terhadap kelemahan serta adanya pengalaman menggunakan kelebihannya sehingga rasa percaya diri dapat terbentuk.

Kemudian disebutkan proses terbentuknya rasa tidak percaya diri sebagai berikut:

- a. Terbentuknya berbagai kekurangan atau kelemahan dalam berbagai aspek kepribadian seseorang yang dimulai dari kehidupan keluarga

---

<sup>27</sup> Thursan Hakim, *Op.Cit.*, h.6

dan meliputi berbagai aspek seperti mental, fisik, sosial, atau ekonomi.

- b. Pemahaman negatif seseorang terhadap dirinya sendiri yang cenderung selalu memikirkan kekurangan tanpa pernah meyakini bahwa ia juga memiliki kebutuhan.
- c. Kehidupan sosial yang dijalani dengan sikap negatif, seperti merasa rendah diri, suka menyendiri, lari dari tanggung jawab, mengisolasi dari kelompok, dan reaksi negatif lainnya, yang justru semakin memperkuat rasa tidak percaya diri.<sup>28</sup>

Terbentuknya rasa tidak percaya diri berawal dari kelemahan individu pada berbagai aspek kepribadiannya terutama yang berasal dari keluarga. Pemahaman negatif yang akan muncul pada diri seseorang maupun lingkungan sehingga ia meyakini bahwa dirinya tidak memiliki kelebihan. Akibat perilaku dalam kehidupan pribadi dan sosialnya kurang baik.

## 6. Dampak dari Peracaya Diri dan Tidak Percaya Diri

Sementara itu, pendapat yang menyebutkan bahwa orang yang tidak percaya diri akan berdampak pada hal-hal berikut, yaitu:

- a. Orang tersebut tidak bisa menunjukkan kemampuan diri
- b. Orang tersebut kurang berprestasi dalam studi
- c. Malu-malu canggung
- d. Tidak berani mengungkapkan ide-ide
- e. Cenderung hanya melihat dan menunggu kesempatan

---

<sup>28</sup> *Ibid.*, h.9

- f. Membuang-buang waktu dalam membuat keputusan
- g. Rendah diri bahkan takut dan merasa tidak aman
- h. Apabila gagal cenderung untuk menyalahkan orang lain
- i. Suka mencari pengakuan dari orang lain.<sup>29</sup>

Sementara dampak dari percaya diri yaitu:

- a. Berani menyampaikan pendapat
- b. Memiliki semangat mengejar kemajuan
- c. Selalu bersemangat
- d. Optimis
- e. Gembira
- f. Karir yang selalu baik
- g. Selalu mendapat peluang.<sup>30</sup>

Dari Penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa dampak dari percaya diri dan tidak percaya diri sangatlah berpengaruh dalam kehidupan sehari-hari dan bahwa seseorang yang memiliki rasa percaya diri akan optimis di dalam melakukan semua aktivitasnya, dan mempunyai tujuan yang realistis, artinya individu tersebut akan membuat tujuan hidup yang mampu untuk dilakukan, sehingga apa yang direncanakan akan dilakukan dengan keyakinan akan berhasil atau akan mencapai tujuan yang telah ditetapkannya.

#### **D. Penelitian Terdahulu yang Relevan**

Pada bagian penelitian terdahulu yang relevan ini akan dipaparkan tiga aspek berhubungan dengan penelitian inni, yaitu mengenai percaya diri, teknik

---

<sup>29</sup> *Ibid*, h.31

<sup>30</sup> Yusuf al-Uqshari, *Op.Cit.* h.169

bermain peran, dan konseling kelompok. Sejauh yang dapat diketahui, ada beberapa penelitian terdahulu yang relevan dengan pokok bahasan penelitian sekarang.

*Pertama*, Skripsi Nia Prisna Angela mahasiswa UIN lampung dengan judul “Pengaruh Konseling Kelompok dengan Menggunakan Teknik Role Playing dalam Mengelola Emosi Diri”<sup>31</sup> Dalam skripsi ini disinggung teori-teori yang berhubungan dengan teknik role playing. Menurut penelitian ini, mengelola emosi siswa dengan mengajak siswa bermain drama dengan memerankan berbagai permasalahan yang sedang terjadi.

*Kedua*, Septi Saputri, Skripsi pada jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Tarbiyah UIN Lampung dengan judul “Peningkatan Percaya Diri Siswa Melalui Bimbingan Pribadi di SMPN 10 Bandar Lampung”.<sup>32</sup> Dalam skripsi ini disinggung teori-teori yang berhubungan dengan percaya diri. Menurut penelitian ini, kepercayaan diri siswa dapat ditingkatkan dengan mengajak siswa untuk melakukan bimbingan pribadi.

*Ketiga*, Wiwin Ariyanti, “ Penggunaan Teknik Bermain Peran dalam Bimbingan dan Konseling untuk Meningkatkan Keberanian Siswa Tampil di

---

<sup>31</sup> Nia Prisna Angela, *Pengaruh Konseling Kelompok dengan menggunakan Teknik Role Playing dalam Mengelola Emosi Diri*, Skripsi, Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negri, 2012

<sup>32</sup> Septi Saputri, *Peningkatan Percaya Diri Siswa Melalui Bimbingan Pribadi di SMPN 10 Bandar Lampung*, Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung, 2014

Depan Kelas Studi di SMA 5 Bandar Lampung”.<sup>33</sup> Dalam Skripsi ini ditegaskan bahwa penggunaan teknik bermain peran dapat dilakukan saat layanan bimbingan dan konseling dengan tujuan untuk meningkatkan percaya keberanian siswa untuk maju kedepan kelas. Dengan mengajak siswa bermain peran berkali-kali, maka siswa terlatih dan terbiasa tampil didepan umum dan dapat meningkatkan keberanian tampil mengemukakan ide dan pendapat.

*Keempat.* Novi Andriyanti Mahasiswa Universitas Muria Kudus “Model Bimbingan Kelompok dengan Teknik Bermain Peran Untuk Meningkatkan Interaksi Sosia Siswa” Jurusan Bimbingan dan Konseling IKIP PGRI Pontianak.<sup>34</sup> Penelitian ini bertujuan mendeskripsikan pelaksanaan bimbingan kelompok di SD Negeri 13 Pontianak dan mengetahui tingkat interaksi sosial siswa sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik bermain peran, menemukannya model bimbingan kelompok dengan teknik bermain peran untuk meningkatkan interaksi sosial siswa SD Negeri 13 Pontianak, dan mengetahui tingkat efektifitas model bimbingan kelompok dengan teknik bermain peran untuk interaksi sosial. Penelitian ini adalah sebuah penelitian dan pengembangan. Model bimbingan kelompok dengan teknikbermain peran untuk meningkatkan interaksi sosial siswa diujicobakan kepada 10 anak sebagai subjek penelitian yang dipilih dengan

---

<sup>33</sup> Wiwin Ariyanti, *Penggunaan Teknik Bermain Peran dalam Bimbingan dan Konseling untuk Meningkatkan Keberanian Siswa Tampil di Depan Kelas: Studi di SMA 5 Bandar Lampung*, Fakultas Pendidikan dan Keguruan, Universitas Lampung, 2012

<sup>34</sup> Novi Andriyanti, *Model Bimbingan Kelompok dengan Teknik Bermain Peran Untuk Meningkatkan Interaksi Sosia Siswa*, Jurusan Bimbingan dan Konseling, IKIP PGRI Pontianak (2016)



teknik purposive sampling. Hasil penelitian menunjukkan bahwa model bimbingan kelompok dengan teknik bermain peran efektif meningkatkan interaksi sosial siswa.

Jika dilacak lebih jauh mungkin masih ada penelitian yang berhubungan dengan aspek konseling kelompok dengan teknik bermain peran untuk meningkatkan percaya diri. Namun sejauh itulah yang diketahui dari berbagai macam sumber.



## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### A. Jenis dan Sifat Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian lapangan (*field research*) yang berusaha secara maksimal mengungkapkan fakta, lapangan secara kualitatif melalui metode ilmiah dengan Teknik pengumpulan data maupun analisis data yang jelas pula.

Sedangkan sifat penelitiannya adalah prosuder yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang dapat diamati.<sup>1</sup>

Dengan demikian dapat dikatakan bahwa penelitian ini bersifat penelitian kualitatif yang dapat diartikan sebagai penelitian lapangan yang berusaha untuk mengungkapkan gejala atau fenomena suatu objek tertentu dengan kata-kata sekaligus untuk mengembangkan atau mendeskripsikan fenomena tertentu sesuai apa adanya yang ditemukan dilapangan.

---

<sup>1</sup> Emzir, *Metodologi Penelitian Pendidikan Kuantitatif dan Kualitatif* (Rajawali Pers, 2010) h.

## B. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini akan dilaksanakan di SMA Al-Azhar 3 Bandar Lampung, waktu penelitian ini adalah semester genap tahun pelajaran 2017/2018

## C. Subjek Penelitian

Subjek penelitian adalah peserta didik kelas XI IPA 7 SMA Al-Azhar 3 Bandar Lampung yang memiliki percaya diri rendah, yaitu 10 peserta didik.

## D. Alat Pengumpul Data

Untuk mengumpulkan data yang diperlukan dalam proposal skripsi ini, digunakan beberapa alat pengumpul data yang umum dilakukan dalam penelitian lapangan yang bersifat kualitatif, yaitu observasi, wawancara dan dokumentasi.

### 1. Observasi

Banyak pendapat mengenai teori observasi, Sutrisno Hadi menyatakan bahwa sebagai metode ilmiah, observasi biasa diartikan sebagai pengamatan dan pencatatan dengan sistematis fenomena-fenomena yang terselediki.<sup>2</sup>

Maksud metode observasi yaitu suatu cara yang digunakan oleh peneliti dalam rangka mencari dan mengumpulkan data dengan jalan pengamatan dan pencatatan unsur-unsur yang diteliti secara sistematis.

---

<sup>2</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Kualitatif, Kuantitatif, R&D*, Alfabeta (Bandung, 2008), h.3

Metode observasi ada dua macam, yaitu observasi partisipan dan observasi non-partisipan. Penelitian ini hanya menggunakan observasi non-partisipan, yaitu mengamati dari dekat aktivitas dan proses bimbingan kelompok yang dilakukan Pendidik BK tanpa terlibat langsung menjadi bagian dari pembimbing. Jadi, yang diobservasi adalah seluruh indikator tentang percaya diri seperti senantiasa merasa yakin dalam mengerjakan sesuatu, selalu bersikap optimis, memiliki keberanian dalam menentukan dan memutuskan segala sesuatu, dan tidak cemas dan tidak merasa takut. Adapun yang diobservasi adalah 10 Orang peserta didik yang kurang percaya diri yang nama-namanya di inisialkan (di rahasiakan).

## 2. Wawancara

Berbeda dengan percakapan biasa, wawancara adalah percakapan dengan tujuan tertentu. Dalam percakapan biasa dua orang atau lebih saling memberi informasi. Dalam wawancara ada satu orang atau lebih yang menjadi pencari informasi atau pewawancara dan ada satu orang atau lebih sebagai sumber informasi atau yang diwawancarai.<sup>3</sup> Pedoman wawancara digunakan untuk mengingatkan interviewer mengenai aspek-aspek apa yang harus dibahas, juga menjadi daftar pengecek (check list) apakah aspek-aspek yang relevan tersebut telah dibahas atau ditanyakan.

---

<sup>3</sup> Johana E. Prawitasari, *Psikologi Klinis Pengantar Terapan Mikro & Makro*, Erlangga, (Jakarta, 2011), h. 94

Wawancara akan ditunjukan kepada Pendidik BK SMA Al-Azhar 3 Bandar Lampung, dan 10 Peserta didik kelas XI yang berhubungan dengan rasa percaya diri. wawancara akan dibuat secara tertulis dengan menyiapkan terlebih dahulu serangkain pertanyaan sebelum penelitian dilakukan. Tujuannya untuk melengkapi data yang tidak diperoleh dari observasi, yaitu data tentang upaya dan langkah-langkah yang dilakukan Pendidik BK dalam kaitannya dengan penerapan konseling kelompok dengan teknik bermain peran untuk meningkatkan percaya diri peserta didik.

### 3. Dokumentasi

Metode pengumpulan data melalui dokumentasi berupa data tertulis atau tercetak tentang fakta-fakta yang akan dijadikan sebagai bukti fisik penelitian. Dokumen merupakan catatan peristiwa yang sudah berlalu.<sup>4</sup> Dokumen bisa berbentuk tulisan, gambar atau karya-karya monumental dari seseorang. Studi dokumen merupakan pelengkap dari penggunaan metode observasi dan wawancara dalam penelitian kualitatif.

Hasil penelitian dari observasi dan wawancara akan lebih kredibel dan dapat dipercaya jika didukung dengan dokumen-dokumen tertulis, gambaran atau foto serta rekaman vidio. Adapun

---

<sup>4</sup> Sugiyono, *Op.Cit.* h. 329

dokumen yang diperlukan dalam penelitian ini adalah data tertulis tentang rekapitulasi kasus peserta didik yang kurang percaya diri.

#### **E. Analisis Data**

Analisis data merupakan proses terakhir dalam penelitian. Analisis dilakukan setelah seluruh data terkumpul melalui tiga langkah pengumpulan data tersebut diatas. Analisis data adalah pengurutan data, mengorganisasikannya dalam suatu pola kategori dari satuan uraian dasar tertentu sehingga dapat ditemukan tema jawaban penelitian.<sup>5</sup>

Proses analisis data dilakukan secara kualitatif. Menurut Emzir, analisis kualitatif dimulai dari perakitan materi-materi mentah dan pengambilan suatu tinjauan mendalam atau gambaran total dari prproses keseluruhan penelitian. Analisis kualitatif adalah “Suatu proses pengurutan data, penyusunan data kedalam pola, kategori, dan satuan deskriptif dasar dengan melibatkan pertimbangan kata-kata, nada, atau konteks tertentu”.<sup>6</sup>

Adapun langkah-langkah analisis data menggunakan tahapan analisis triangulasi data (reduksi data, display data, dan verivikasi data).

- a. Reduksi Data, hal ini dilakukan melalui proses menyeleksi, memfokuskan, menyederhanakan, mengabstrakan, dan memindahkan data mentah yang diperoleh dari pencatatan observasi lapangan terkait dengan pemahaman Pendidik BK

---

<sup>5</sup> *Ibid*, h. 103

<sup>6</sup> Emzir, *Op. Cit.* h. 174



terhadap bimbingan kelompok dengan tehnik bermain peran. Kemudian hasilnya dirangkum untuk menemukan data penting yang dapat mengungkap problem penelitian ini.<sup>7</sup>

- b. Display Data, yaitu menampilkan informasi yang diperoleh dari proses reduksi terkait dengan kebutuhan data, yang kemudian data serta informasi yang diperoleh dihimpun dan diorganisasikan berdasarkan fokus problem yang diteliti, sehingga menjadi suatu penjelasan yang bermakna.<sup>8</sup>

- c. Verifikasi Data, kegiatan ini dilakukan secara simultan dengan kegiatan Display dan reduksi data terkait dengan penerapan konseling kelompok dengan teknik bermain peran untuk meningkatkan percaya diri 10 peserta didik SMA Al-Azhar 3. Proses selanjutnya yaitu mensinkronkan data dimaksud dengan teori yang ada. *Set up* data dan informasi yang diperoleh segera di verifikasi dengan informasi lain, sehingga ditemukan satu kesepahaman tentang suatu obyek yang diobservasi. Untuk mendapatkan akurasi informasi dilakukan pengujian informasi silang (triangulasi). Kemudian ditarik kesimpulan mengenai suatu fokus problem yang diteliti.

---

<sup>7</sup> Sutopo, H.B *Metode Penelitian Kualitatif Dasar Teori dan Terapannya dalam Penelitian*, (Surakarta: Sebelas Maret Universitas Press, 2002), hal. 193

<sup>8</sup> Maman Rachman, *Strategi dan Langkah-Langkah Penelitian*, (Semarang. IKIP Semarang Press, 1999), hal. 210

## **BAB IV**

### **PENYAJIAN DATA LAPANGAN DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Deskripsi Hasil Penitian**

Peserta didik yang menjadi subyek penelitian ini adalah peserta didik yang memiliki rasa percaya diri yang rendah kelas XI IPA 7 SMA Al-Azhar 3 Bandar Lampung. Bentuk rasa percaya diri yang rendah diketahui misalnya peserta didik merasa pesimis, selalu merasa dirinya rendah, takut gagal, mudah grogi ketika diminta Pendidik maju kedepan kelas, selalu minder dengan teman-teman. Berdasarkan masalah yang dialami peserta didik tersebut, maka Pendidik BK disini berperan untuk membantu peserta didik mengatasi rasa percaya diri yang rendah menjadi lebih baik.

Berdasarkan wawancara dengan Pendidik BK, beliau merekomendasi peserta didik kelas XI IPA7. Peneliti melakukan observasi memasuki kelas tersebut dan menemukan beberapa peserta didik yang kurang aktif dalam perannya sebagai pelajar dan peserta didik tersebut memiliki rasa percaya diri yang rendah. Pada bagian ini akan dilaporkan hasil transkrip wawancara terlebih dahulu dengan Pendidik BK SMA Al-Azhar 3 dan peserta didik dan

peserta didik sesuai dengan instrumen penelitian yang dipersiapkan sebelum penelitian.

**a. Translit Hasil Wawancara dengan Pendidik BK**

1. Apakah permasalahan peserta didik yang sering terjadi di SMA

Al-Azhar 3 Bandar Lampung?

Jawaban:

kalau permasalahan yang serius Alhamdulillah tidak ada, tetapi namanya anak-anak pasti ada yang rajin ada yang tidak, ada yang percaya diri ada yang tidak, belajar tidak semangat, seperti itu.

2. Apakah terdapat peserta didik yang kurang merasa percaya diri di kelas maupun di luar kelas?

Jawaban:

ada, Masing-masing memiliki tingkat percaya diri yang berbeda, yang intinya perlu ditingkatkan, ada beberapa dari mereka mempunyai kemampuan bakat atau potensi tapi tidak diasah, lalu ketika belajar ada yang tidak berani menyatakan pendapat atau bertanya, ada beberapa tetapi yang lebih menonjol dan kelihatan ada di kelas XI IPA7, (sambil menyebutkan inisialnya) .

3. Bagaimana pengamatan bapak tingkat kepercayaan diri belajar peserta didik jika dilihat dari tingkah laku dan emosi?

Jawaban:

iya karna memang bapak setiap harinya keliling setiap kelas dari bawah lalu naik keatas untuk melihat dan mengamati bagaimana proses belajar mereka, lalu banyak juga dari informasi wali kelas mereka, memang ada seperti ogah-ogahan, males-malesan ketika belajar, ketika disuruh maju kedepan untuk mengerjakan soal grogi.

4. Bagaimana bapak memberikan layanan terhadap peserta didik yang kurang percaya diri?

Jawaban:

Sesuai dengan RPL yang telah dibuat, salah satunya menggunakan konseling kelompok dengan teknik bermain peran karna permasalahan mereka membutuhkan pendekatan kelompok sifatnya, untuk memptivasi, memberi semangat dan membimbing serta mengarahkan mereka untuk lebih percaya diri.

5. Menurut bapak apa kesimpulan dari layanan penerapan konseling kelompok dengan teknik bermain peran untuk meningkatkan percaya diri?

Jawaban:

Menurut saya dengan menerapkan layanan ini peserta didik bisa mulai berfikir positif terhadap diri sendiri bahwan setiap

manusia mempunyai kelebihan dan kekurangannya masing - masing yang dapat menjadi potensi sehingga perlu di kembangkan. Lalu, bisa mengubah sikap terhadap sesuatu dengan tidak mudah putus asa dan bersikap optimis. dan juga mempertanggung jawabkan apa yang telah diperbuat. Dan berbicara kepada diri sendiri yang dapat membangkitkan rasa percaya diri. Mempersiapkan diri ketika akan melakukan sesuatu. Pengungkapan diri masing-masing anggota memperlihatkan adanya perkembangan diri kearah yang lebih positif dalam diri mereka, ini menunjukan keberhasilan dari pelaksanaan layanan yang telah dilakukan sebelumnya.

6. Bagaimana bapak menerapkan teknik bermain peran kepada peserta didik?

Jawaban:

mereka yang kurang percaya diri mereka kita yakinkan dulu, yang pertama kalau ada jam kosong bapak masuk kekelas untuk memberikan pengarahan layanan klasikal, nanti kita bisa melihat respon dan kita tau bisa melihat mana yang percaya diri dan tidak, jadi bapak ambil sample contoh anak yang percaya diri positif nya seperti ini dan seperti ini untuk diberikan pengarahan terhadap anak yang kurang percaya diri tadi, dan kadang bapak kasi reward terhadap anak tadi supaya

lebih menyemangati. Dalam menerapkan teknik bermain peran bapak mengacu ke dalam teori tentang teknik bermain peran, adapun tiga langkah penerapan bermain peran yang umumnya diterapkan disekolah yang efektif, yaitu langkah terkait mengenai kualitas pemeranan, analisis permainan dan diskusi serta pandangan peserta didik terhadap peran yang ditampilkan secara kelompok. Peran itu sama saja dengan bermain sandiwara, yaitu suatu bentuk perilaku yang diharapkan muncul dalam proses bermain, seperti sikap, perubahan sikap, mimik wajah, antusias dan gairah. Dalam bermain peran, peserta didik diberi tahu terlebih dahulu oleh Pendidik mengenai suatu kesan dan peran yang harus mereka mainkan, misalnya bapak meminta peserta didik memerankan tema Mengatasi ketidakpercayaan diri atas keadaan fisiknya. Selama bermain peran peserta didik diberitahukan bagian-bagian pemeranan untuk dimainkan sebelum kelompok beristirahat. Sesudah semua diperencanakan, dan dimulai diperankan oleh masing-masing karakter, dan bapak mengamati perubahan dan proses bermain peran terkait peningkatan percaya diri. Bermain peran utamanya digunakan untuk memberi kesempatan kepada peserta didik untuk mempelajari dan menghayati keterampilan berhubungan antara manusia melalui praktik, mengembangkan



pemahaman mengenai pengaruh perilaku mereka pada peserta lainnya.

7. Menurut bapak apakah penggunaan penerapan teknik bermain peran ini berpengaruh atau efektif meningkatkan percaya diri peserta didik?

Jawaban:

Ya sangat berpengaruh dan efektif karna peserta didik diajak bergerak dan beraktifitas secara langsung memerankan sesuatu sesuai dengan tugasnya, kita bisa melihat peserta didik merasa gembira atau tidak, grogi atau tidak, rata-rata setiap peserta didik diawal masih malu-malu dan ragu-ragu tapi saat menerapkan berkali-kali dengan berjalan waktu mereka memainkannya dengan semangat, gembira, antusias dan aktif mengkomunikasikan apa yang diperankannya. ini latihan langsung untuk meningkatkan percaya diri, dan ini sangat efektif hasilnya karna terlihat dari prosesnya.

**b. Translit hasil wawancara dengan peserta didik.**

1. Adik-adik mungkin sudah pernah mendengar istilah percaya diri, coba jelaskan apa yang kalian ketahui tentang percaya diri?

Jawaban:

Percaya diri itu kita sangat PD dengan apa yang kita lakukan saat dihadapan orang – orang, berani tampil didepan kelas, dan berani menyatakan pendapat dan juga berani bertanya. Tidak takut – takut atau ragu.

2. Dapatkah adik-adik menyebutkan mengapa kalian kurang percaya diri?

Jawaban:

Malu aja buk kalau misalnya mau jawab pertanyaan Pendidik terus salah entar disorakin, apa lagi sampe kena marah Pendidik. Dan gak percaya diri walaupun saya sudah yakin kalau saya benar

3. Setelah kalian melakukan teknik bermain peran, apakah ada perubahan terhadap kepercayaan diri kalian?

Jawaban:

Alhamdulillah kalau disuruh maju kedepan gak malu – malu lagi buk untuk menyatakan pendapat, dan tidak malu lagi berbicara didepan kelas ketika disuruh maju kedepan, bahkan untuk tampil didepan kelas .

4. Kesan kalian setelah Pendidik BK mengajak kalian bermain peran?

Jawaban:

Sangat bermanfaat sekali untuk diri kami buk terutama dalam kepercayaan diri kami, karna kepercayaan diri ini sangat penting bukan hanya pada saat disekolah tapi efeknya bisa PD saat diluar sekolah ntah saat kuliah dan ditempat pekerjaan nanti. Bisa menjadi modal lebih untuk kami buk.

### c. Hasil observasi

Dalam hasil observasi ini peneliti terlebih awal akan mengemukakan gambaran pelaksanaan konseling kelompok dengan teknik bermain peran yang dilakukan Pendidik BK kelas XI IPA7 Al-Azhar 3 Bandar Lampung. Peneliti mengamati langkah-langkah bermain peran yang dilaksanakan Pendidik BK ya itu ada tiga langkah:

#### 1. Persiapan

Dalam langkah pertama yaitu persiapan, Pendidik menyiapkan tema, yaitu tema tentang Mengatasi ketidakpercayaan diri atas keadaan fisiknya. Tema ini merupakan masalah dari situasi yang berhubungan dengan masalah social peserta didik yang akan dijadikan peragaan atau pemilihan tema cerita. Pada langkah ini Pendidik mencoba menjelaskan mengenai peranan – peranan yang harus dimainkan.

#### 2. Penentuan pemeranan

Dalam langkah penentuan peran, Pendidik menjelaskan terlebih dahulu seperti apa ceritanya di beri contoh sederhana agar mereka mengerti dan siap secara mental, Pendidik menentukan dengan memberi nama peran secara acak dengan gulungan kertas lalu di kocok lalu mereka pilih kertas yang sudah digulung tadi.

3. Para pelaku memainkan perannya masing – masing sesuai dengan imajinasi dan daya tanggap mereka, dan sampai pada waktu klimaks tertentu atau suatu titik kulminasi (puncak) perdebatan yang hangat mengenai peran masing – masing kelompok.

#### 4. Diskusi

Setelah bermain peran selesai maka dilakukan diskusi kelompok membahas permainan yang baru saja diperankan. Diskusi berkisar pada tingkah laku para pemeran dalam hubungannya dengan tema cerita sehingga terjadilah suatu pembicaraan tanggapan, pendapat dan beberapa kesimpulan mengenai percaya diri. Dalam diskusi peserta aktif dan antusias sekali.

Selain bermain peran, yang diobservasi juga penerapan konseling kelompok, Adapun yang diamati dimulai tahap awal, yakni tahap pembentukan kelompok.

#### 1. Tahap pembentukan kelompok

Pendidik BK mula – mula membentuk kelompok mengatur posisi duduk sedemikian rupa sehingga seluruh anggota keluarga nyaman. Kemudian pemimpin kelompok membuka pertemuan diawali dengan perkenalan diri dengan menyebutkan nama, alamat, tempat tanggal lahir, hobi dan lain sebagainya. Anggota kelompok pun diberi kesempatan untuk bertanya tentang diri pemimpin kelompok. Lalu dilanjutkan oleh anggota kelompok untuk memperkenalkan dirinya masing – masing. Pemimpin kelompok dan anggota kelompok lainnya dapat saling bertanya agar lebih saling mengenal. Pemimpin kelompok berupaya menumbuhkan sikap kebersamaan dan perasaan sekelompok diantara anggota kelompok dengan mengadakan permainan peran sesuai dengan teks yang telah disiapkan Pendidik BK.

## 2. Tahap kegiatan

Tahap ini merupakan tahap inti dari kegiatan konseling kelompok dengan suasana yang ingin dicapai, yaitu terbahasnya secara tuntas permasalahan yang dihadapi oleh anggota kelompok dan terciptanya suasana untuk mengembangkan diri, baik yang menyangkut pengembangan kemampuan berkomunikasi maupun menyangkut pendapat yang dikemukakan oleh kelompok. Kegiatan yang dilakukan pada tahap ini untuk topik tugas adalah pemimpin kelompok mengemukakan suatu topik untuk

dibahas oleh kelompok, kemudian terjadi tanya jawab antara anggota dan pemimpin kelompok tentang hal-hal yang belum jelas menyangkut topik yang dikemukakan pemimpin kelompok. Selanjutnya anggota membahas topik tersebut secara mendalam dan tuntas, serta dilakukan kegiatan selingan bila diperlukan. Sedangkan untuk konseling kelompok topik bebas, kegiatan yang dilakukan adalah masing-masing anggota secara bebas mengemukakan topik bahasan, menetapkan topik yang akan dibahas dulu, kemudian anggota membahas topik secara mendalam dan tuntas, serta diakhiri kegiatan permainan.

### 3. Tahap akhir

Tahap ini terdapat kegiatan yaitu penilaian (evaluasi). Tahap ini merupakan tahap penutup dari serangkaian kegiatan konseling kelompok dengan tujuan telah tuntasnya topik yang dibahas oleh kelompok tersebut, Kegiatan kelompok berpusat pada pembahasan dan penjelasan tentang kemampuan anggota kelompok untuk menetapkan hal-hal yang telah diperoleh konseling kelompok dalam kehidupan sehari-hari. Setiap anggota kelompok diharapkan berperan aktif dan terbuka mengemukakan apa yang dirasakan, difikirkan, dan yang dialaminya. Setelah itu kegiatan yang dilakukan dalam tahap ini pemimpin kelompok mengemukakan bahwa kegiatan akan segera diakhiri, pemimpin kelompok dan



anggota kelompok mengemukakan kesan dan hasil-hasil kegiatan, kemudian mengemukakan pesan dan harapan.

Adapun pelaksanaan kegiatan konseling kelompok dapat dilaporkan berdasarkan masing-masing pertemuan.

#### Pertemuan pertama:

Pertemuan awal pada tanggal 14 Mei dimulai dengan Pendidik BK membuka pertemuan pertama terlebih dahulu mengucapkan salam, doa bersama dan kegiatan konseling kelompok dimulai perkenalan terlebih dahulu dengan cara yang unik agar lebih menciptakan suasana yang santai seperti menambahkan kesukaan warna favorit peserta didik sehingga lebih mengetahui satu sama lain lebih dalam, Pendidik BK menjelaskan tujuan yang ingin dicapai melalui konseling kelompok, kode etik, dan azas kerahasiaan perlu ditekankan agar para peserta didik tidak ragu dan yakin saat menjalankan proses tersebut. Pendidik BK menjelaskan terlebih dahulu tentang percaya diri, dengan topik bahasan meningkatkan rasa percaya diri, proses konseling kelompok ini pada awalnya masih canggung dan malu – malu dalam mengemukakan pendapatnya. Pemimpin kelompok mencoba membentuk kelompok yang solid supaya tercipta dinamika kelompok yang dapat berkembang dengan baik. Konselor atau pemimpin kelompok terus memberi dorongan kepada anggota yang kurang berani dalam mengemukakan pendapatnya dan menanggapi pendapat temannya. Meskipun demikian anggota lainnya ada yang

menunjukkan sikap berani berpendapat walau bicaranya masih seperti terbata-bata, menanggapi secara positif kegiatan ini, tidak lepas dari pengamatan bahwa saat pertemuan pertama FAZ, RAP, NS, NJ, PAZ cenderung lebih banyak diam

Pertemuan kedua:

Pertemuan kedua pada tanggal 16 Mei Pendidik BK mengucapkan salam dan memulai kegiatan dengan berdoa terlebih dahulu, pengenalan masing-masing anggota tidak diperlukan lagi. Pertemuan kedua ini dilanjutkan dengan membahas topik Menjadi pribadi yang terbuka dengan cara menerima diri secara positif lalu memberikan layanan dengan teknik bermain peran. Penimpin kelompok atau Pendidik BK menghimbau kepada para anggota untuk tetap rileks saat menjalankan proses konseling ini dan dapat menunjukkan sikap lebih aktif dan berani mengungkapkan pendapat. Pendidik BK memberikan menyiapkan tema yang sudah disiapkan, yaitu tema tentang Mengatasi ketidakpercayaan diri atas keadaan fisiknya. Pada langkah ini Pendidik mencoba menjelaskan mengenai peranan – peranan yang harus dimainkan. Dalam langkah penentuan peran, Pendidik menjelaskan terlebih dahulu seperti apa ceritanya di beri contoh sederhana agar mereka mengerti dan siap secara mental, Pendidik menentukan dengan memberi nama peran secara acak dengan gulungan kertas lalu di kocok dan mereka pilih kertas yang sudah digulung tadi untuk mendapatkan peran masing-masing, setelah

itu para anggota mencoba membaca naskah dan latihan terlebih dahulu agar saat tampil didepan kelas berjalan dengan lancar.

Pertemuan ketiga:

Pertemuan ketiga pada tanggal 21 mei Pendidik BK mengucapkan salam dan memulai kegiatan dengan berdoa terlebih dahulu,. Pertemuan ketiga ini membahas topik lanjutan pertemuan kedua yaitu Menjadi pribadi yang terbuka dengan cara menerima diri secara positif yang kemarin sudah dijelaskan dan masing - masing sudah ambil peran, dan akan dimulai untuk bermain peran didepan kelas, ketika berjalan nya proses peneliti mengamati parang anggota bermain peran bisa dikatakan bahwa hampir semua peserta didik nampak begitu tegang dan kaku masih malu – malu, walau mereka sudah saling mengenal dalam satu kelas. Dan juga penonton yang menonton diminta untuk memberikan komentar atau masukan mengenai pada saat pelaksanaan bermainan peran didepan kelas dalam membawakan masing-masing peran, Namun tahap yang meningkat diawal adalah mereka sudah mulai berani untuk unjuk kedepan kelas, walau masih malu – malu. Setelah selesai bermain peran anggota kelompok diminta untuk mengambil pelajaran dalam kisah drama tersebut dan diminta memberi tanggapan, saran, pendapat yang bisa diambil dari kisah tersebut. Diskusi diarahkan membicarakan perannya sesuai dengan perannya masing-masing peran, cara pemecahan masalah, dan kesan- kesan pemain dalam memainkan perannya.

Pertemuan keempat:

Pertemuan keempat pada tanggal 23 mei pendidik BK mengucapkan salam dan memulai kegiatan dengan berdoa terlebih dahulu, pertemuan keempat pemimpin kelompok menyajikan topik Kepemimpinan yang dimana para anggota kelompok atau peserta didik di tujukan untuk memahami arti kepemimpinan dan pemimpin dan meyakini peserta didik bahwa setiap pribadi adalah seorang pemimpin sehingga mampu memimpin dirinya sendiri dan orang lain, dan juga memberikan layanan teknik bermain peran yang nanti akan diberi peran nya masing-masing seperti bermain peran yang dilakukan pada minggu lalu, Pendidik BK pun tidak lupa memberikan dorongan kepada anggota untuk lebih menjadi aktif dibanding pertemuan sebelum-sebelumnya. Anggota kelompok diberi kebebasan seluas-luasnya untuk berbicara, mengeluarkan ide-ide, saling tukar informasi dan mengembangkan pikiran. Setiap anggota kelompok menemukan wawasan baru mengenai apa arti kepemimpinan, bagaimana seharusnya seseorang berjiwa kepemimpinan, bagaimana contoh dan perbedaan dari individu yang mempunyai jiwa kepemimpinan dan tidak. Sikap antusias dan aktif dalam menanggapi topik yang dibahas mulai sudah terlihat meningkat.

Pertemuan kelima:

Pertemuan kelima pada tanggal 30 mei pendidik BK mengucapkan salam dan memulai kegiatan dengan berdoa terlebih dahulu, Pertemuan kelima ini membahas topik lanjutan pertemuan keempat dan akan bermain peran dengan tema yang sudah disiapkan Pendidik BK yang kemarin sudah dijelaskan dan

masing - masing sudah ambil peran, dan akan dimulai untuk bermain peran didepan kelas, ketika berjalan nya proses peneliti mengamati para anggota bermain peran bisa dikatakan bahwa hampir semua peserta didik nampak lebih peningkatannya dari sebelumnya, para anggota bisa memerankan peran nya masing-masing dengan lebih percaya diri didepan kelas dan memberikan tanggapan antusias, gembira saat menjalankan bermain peran. Dan juga para anggota yang tidak bermain peran/ penonton diminta untuk memberikan komentar atau masukan mengenai pelaksanaan pada saat bermainan peran didepan kelas dalam membawakan masing-masing peran. Setelah selesai bermain peran anggota kelompok diminta untuk mengambil pelajaran dalam kisah drama tersebut dan diminta memberi tanggapan, saran, pendapat yang bisa diambil dari kisah tersebut. Diskusi diarahkan membicarakan perannya sesuai dengan perannya masing-masing peran, cara pemecahan masalah, dan kesan- kesan pemain dalam memainkan perannya.

Pertemuan keenam:

Pertemuan keenam pada tanggal 6 juni pendidik BK mengucapkan salam dan memulai kegiatan dengan berdoa terlebih dahulu. Pertemuan ke enam dilanjutkan dengan membahas topik Mengatasi ketegangan dan rasa cemas dimana para anggota ditujukan untuk peserta didik mengetahui cara mengatasi ketegangan dan rasa cemas yang berlebihan dan memberi tanggapan apa penyebab seseorang dihadapi keadaan kecemasan atau ketegangan . mengenai topik yang akan dibahas, pada pertemuan sebelumnya

topik bahasan telah diingatkan kembali oleh pemimpin kelompok kepada para anggota. Pendidik BK memberikan *reinforcement* berupa senyuman dan acungan jempol kepada siswa yang telah menunjukkan sikap berani. Pemimpin kelompok memberi pertanyaan tentang bagaimana cara mengatasi ketegangan dan kecemasan, dan para anggota menjawab satu persatu dengan pemahaman mereka sendiri dan selanjutnya dibahas bersama-sama.

Melalui pertemuan keenam atau yang terakhir ini menunjukkan kemajuan pada peserta didik, lebih menunjukkan sikap positif, terbuka, berani, dan sikap setara dengan anggota lain sehingga rasa tidak percaya diri ini dapat diatasi dengan cara mengembangkan kemampuan berbicara, menjelaskan dan menerima pendapat orang lain, aktif diskusi dan mengajukan pertanyaan dan jawaban. Dinamika kelompok yang muncul pada pertemuan terakhir ini pada tiap tahapan konseling kelompok dengan teknik bermain peran, kemajuan yang dialami para anggota semakin jelas terlihat, ketika mereka dapat mengatasi rasa tegang pada diri mereka masing-masing, terlihat bahwa mereka sudah tidak malu lagi untuk maju kedepan, tidak cemas saat ditunjuk untuk menjawab dan mau menanggapi setiap pendapat anggota lain.

Hasil secara keseluruhan dari pertemuan pertama sampai pertemuan terakhir yang diamati menunjukkan bahwa para anggota telah mengalami perubahan yang berarti. Setelah pertemuan demi pertemuan dilaksanakan, perubahan perilaku mereka semakin lebih baik dan lebih aktif dan yakin terhadap apa yang diutarakan. Seluruh anggota kelompok mengikuti kegiatan



konseling kelompok dengan teknik bermain peran, masing-masing mengalami proses perubahan yang berbeda-beda.

Melalui konseling kelompok dengan teknik bermain peran pada pertemuan terakhir ini menunjukkan sikap positif dan berani sehingga rasa percaya diri yang rendah dapat diatasi dengan cara mencoba mengembangkan kemampuan berbicara mencoba mengembangkan kemampuan berbicara, menjelaskan dan menerima pendapat orang lain. Akhirnya pemimpin kelompok menyimpulkan topik yang telah dibahas menunjukkan bahwa konseling kelompok dengan teknik bermain peran akan segera diakhiri.

## **B. Pembahasan Hasil Penelitian**

Dari proses layanan konseling kelompok dengan teknik bermain peran yang dilakukan oleh Pendidik BK di atas, menunjukkan bahwa tahap awal peserta kelompok masih sulit menyesuaikan diri dalam bermain peran, kemudian perlahan-lahan ada perubahan yang signifikan. Proses penerapan konseling dengan teknik bermain peran melibatkan langsung peserta didik yang berperan sehingga terlihat rasa percaya diri masing-masing peserta didik. Rata-rata skor proses percaya diri peserta didik kelas XI Ipa7 SMA Al-azhar 3 Bandar Lampung setelah mendapat layanan bermain peran lebih tinggi dibandingkan sebelum mendapatkan layanan konseling teknik bermain peran. Ini berarti bahwa rasa percaya diri peserta didik sudah cenderung menunjukkan dan mengarah pada peningkatan rasa percaya diri lebih baik.

Rasa percaya diri peserta didik sebelum mendapat layanan konseling kelompok dengan teknik bermain peran dan sesudah mendapatkan layanan, sangat berbeda yaitu mengalami peningkatan yang signifikan. Hal itu ditunjukkan dengan sikap dan perilaku peserta didik yang awalnya masih menunjukkan gejala-gejala percaya diri rendah, kemudian setelah mendapatkan layanan, sikap dan perilaku peserta didik bisa berubah ke arah yang positif. Sedikit demi sedikit para peserta didik sudah mulai bisa memahami dirinya dan menunjukkan kemampuannya, mengerti tentang kelemahan dan kelebihan sendiri, tidak merasa malu-malu dalam berkomentar, bertanya ketika berdiskusi, dalam pelaksanaan konseling kelompok mereka sudah bisa menjalankannya rasa percaya terhadap dirinya, yakin terhadap kemampuannya, dapat menerima kritikan dari orang lain tanpa marah dan tersinggung dan mulai bisa mengontrol emosinya.

Perubahan perilaku para peserta didik itu berarti, mereka sudah dapat menerapkan hasil pemahamannya dalam suatu perilaku yang dimunculkan pada saat proses kegiatan bermain peran pada setiap pertemuan setelahnya. Perubahan perilaku yang positif tersebut diharapkan dapat selalu diterapkan dalam lingkungan yang lebih luas. Rasa tidak percaya diri peserta didik sudah mulai tidak tampak, peserta didik sudah tidak menunjukkan sikap mengeluh ketika diminta untuk melakukan sesuatu, mereka sudah mulai bisa bersemangat dalam menanggapi, berkomentar, bertanya dan menunjukkan kemampuannya masing-masing ketika berdiskusi dalam membahas topik-

topik dan persoalan-persoalan yang muncul. Hal ini menunjukkan bahwa rasa percaya diri peserta didik sudah mulai mengalami peningkatan dan cenderung mengarah kepada peningkatan dan pengembangan rasa percaya diri yang tinggi.

Interaksi yang dinamis dikembangkan dalam kegiatan konseling kelompok dapat dijadikan sebagai usaha dalam melatih peserta didik menerapkan dalam kehidupan sehari-hari. Kegiatan konseling kelompok dilakukan enam kali pertemuan, peserta didik dapat mengambil nilai-nilai positifnya pada masing-masing pertemuan yang pada akhirnya dapat memberikan peningkatan rasa percaya diri yang diharapkan. Sebagaimana dikemukakan dalam landasan teori, bahwa proses kelompok, yaitu interaksi dan komunikasi yang dimanfaatkan dalam konseling kelompok dapat menunjang perkembangan kepribadian dan perkembangan sosial masing-masing anggota kelompok serta meningkatkan mutu kerja sama kelompok guna mencapai tujuan yang ditetapkan. Serangkaian ini akan dijadikan tiap individu untuk belajar suatu perilaku yang baru berupa peniruan, ingatan, pemahaman yang dialami kelompok sehingga kegiatan konseling menunjang perkembangan pribadi peserta didik yang mengarah pada peningkatan rasa percaya diri.

Pelaksanaan kegiatan konseling kelompok dengan teknik bermain peran dimaksudkan agar peserta didik memperoleh pengetahuan, pengalaman, serta kesadarannya masing-masing dalam memahami materi yang telah diberikan, sehingga diharapkan peserta didik dapat mengembangkan sikap dan

tindakan secara nyata dalam menerapkan nilai-nilai positif dari semua topik yang disajikan dalam konseling kelompok dengan teknik bermain peran. Akhirnya rasa percaya diri peserta didik meningkat. Setiap pertemuan dari pertemuan pertama sampai akhir dapat dianalisis bahwa para anggota sudah dapat memperoleh pengertian dan pemahaman terhadap topik yang telah dibahas setiap pertemuan. Kegiatan konseling kelompok para peserta didik diberi tugas untuk melaksanakan kegiatan dengan dipantau oleh Pendidik BK adapun materi-materi yang disampaikan dalam konseling kelompok adalah materi yang berkaitan dengan rasa percaya diri.

Kegiatan konseling kelompok dengan teknik bermain peran dapat meningkatkan rasa percaya diri peserta didik karena dalam prosesnya melibatkan peserta didik untuk berinteraksi, berbicara, menanggapi, mendengarkan dan bertenggang rasa dalam suasana kelompok dengan anggota lain dalam satu kelompok yang didalamnya membahas materi yang disajikan. Peserta didik dapat belajar mengembangkan nilai-nilai dan menerapkan langkah-langkah bersama dalam menanggapi topik yang dibahas dalam konseling kelompok. konseling kelompok yang dilaksanakan dapat memberikan pengenalan, pemahaman, dan pengembangan kepada peserta didik dalam menilai dirinya sendiri sesuai dengan tingkat perkembangan mereka, siapa dirinya, bagaimana dalam menunjukkan kemampuan dan potensinya, bagaimana harus bersikap dan berperilaku sesuai dengan peran mereka sebagai peserta didik. Peserta didik dapat menemukan jawaban dari pertanyaan yang muncul tentang dirinya

yang pada akhirnya peserta didik akan tahu dan mengerti tentang dirinya, termasuk dalam meningkatkan dan mengembangkan rasa percaya diri peserta didik.

Dalam pemaparan transkrip wawancara dan observasi pelaksanaan konseling kelompok dengan teknik bermain peran, Hasil penelitian yang penulis temukan menunjukkan bahwa ada pengembangan rasa percaya diri peserta didik yang meningkat melalui layanan keconselingan kelompok dengan teknik bermain peran, temuan ini mengkontraskan antara teori dan temuan lapangan, atau antara yang seharusnya dengan kenyataan, sehingga dapat dikatakan bahwa penerapan teknik bermain peran dalam konseling kelompok sangat efektif dalam meningkatkan percaya diri peserta didik.

Seperti dideskripsikan di atas, tampak bahwa masalah keyakinan individu terhadap dirinya timbul karena individu memiliki rasa percaya diri. Seseorang yang memiliki percaya diri dapat melakukan apapun dengan keyakinan akan berhasil. Apabila ternyata gagal, seseorang tidak lantas putus asa tetapi tetap mempunyai semangat untuk mencoba lagi.

Percaya diri menjadi bagian penting dari perkembangan kepribadian seseorang sebagai penentu seseorang bersikap dan bertindak. Adapun ciri-ciri orang yang percaya diri ditemukan ketika proses bimbingan berlangsung, yakni peserta didik sangat percaya pada kemampuan dirinya sendiri, tidak konformis, berani menerima dan menghadapi penolakan, bisa mengendalikan diri, berusaha untuk maju, berpikir positif dan realistis.

Kepercayaan diri peserta didik yang rendah kadang kala muncul secara tiba-tiba pada seseorang ketika melakukan sesuatu sehingga orang tersebut tidak mampu memnunjukkan atau mengeluarkan kemampuan sesungguhnya secara optimal. Gambaran mengenai orang yang percaya diri rendah, menurut Pendidik BK kelas XI Al-Azhar antara lain yaitu peserta didik merasa pesimis, ragu-ragu dan takut dalam menyampaikan gagasan. Percaya diri peserta didik yang rendah jika dibiarkan akan menghambat aktualisasi dalam kehidupannya, terutama dalam melaksanakan tugas-tugas perkembangannya dan juga akan menimbulkan masalah lain yang lebih kompleks. Adapun langkah-langkah pelaksanaan bermain peran yang diterapkan oleh Pendidik BK yang dapat diamati, yaitu langkah pertama persiapan. Dalam langkah persiapan, Pendidik BK mempersiapkan masalah dari situasi yang berhubungan dengan masalah sosial peserta didik yang akan dijadikan peragaan atau pemilihan tema cerita, pada langkah tersebut Pendidik BK mencoba menjelaskan mengenai peranan-peranan yang harus dimainkan, pelaksanaan peran dan tugas-tugas bagi mereka yang tidak ikut berperan.

Langkah kedua yaitu penentuan pemeranan, dalam langkah penentuan pemeranan, Pendidik BK berusaha mendorong peserta didik untuk bermain peran dan dimulai diadakan penentuan para pelaku dan menjelaskan bila mana dan betapa harus melakukan peran. Para pelaku itu diberi petunjuk atau contoh sederhana agar mereka siap secara mental.

Langkah ketiga yaitu bermain peran, para pelaku memainkan perannya ,masing-masing sesuai dengan imajinasi dan daya tanggap mereka, dan sampai pada suatu klimaks tertentu atau suatu titik kulminasi (puncak) perdebatan yang hangat.

Langkah ke empat, yaitu diskusi, setelah permainan peran selesai maka dilakukan diskusi kelompok membahas permainan yang baru saja diperankan. Diskusi berkisar pada tingkah laku para pemeran dalam hubungannya dengan tema cerita sehingga terjadilah suatu pembicaraan yang berupa tanggapan, pendapat dan beberapa kesimpulan.





## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan di SMA Al-Azhar 3 Bandar Lampung, melalui konseling kelompok dengan teknik bermain peran, Dinamika kelompok yang muncul pada setiap tahapan yaitu adanya kemajuan yang dialami peserta didik, mereka telah dapat mengatasi rasa tegang pada diri mereka, terlihat bahwa mereka sudah tidak ragu dan tidak menunjukkan rasa cemas berlebihan saat maju kedepan untuk bermain peran didepan kelas dan tidak malu-malu untuk menanggapi setiap pendapat anggota lain.

Hasil secara keseluruhan dari proses konseling kelompok dengan teknik bermain peran, menunjukan bahwa para peserta didik telah mengalami perubahan yang berarti. Melalui seluruh kegiatan konseling kelompok dengan teknik bermain peran menunjukkan kemajuan pesat bahwa semua anggota kelompok sudah menunjukkan sikap positif dan berani sehingga rasa percaya diri yang rendah dapat diatasi dengan cara mencoba mengembangkan kemampuan berbicara, menjelaskan dan menerima pendapat kelompok lain.

## B. Saran

Saran yang dapat dikemukakan dari penelitian yang dilakukan di SMA Al-Azhar 3 Bandar Lampung untuk pendidik bimbingan dan konseling dan peserta didik makan peneliti mengajukan saran yaitu :

1. Diharapkan agar Pendidik memberikan layanan konseling kelompok dengan teknik bermain peran lebih teratur dan berkelanjutan untuk membantu peserta didik mengetahui hal yang berkaitan dengan sikap kepercayaan diri.
2. Pengetahuan tentang berbagai karakter dalam kehidupan sehari-hari itu jarang disampaikan oleh guru bidang studi, sehingga tugas Pendidik BK harus memberikan pengetahuan yang baik tentang perkembangan karakter .
3. Sebaiknya Pendidik BK di sekolah memberikan layanan konseling kelompok secara terprogram dikarenakan layanan konseling kelompok memberikan suasana nyaman dan terbuka seperti suasana di rumah sehingga siswa mampu mengembangkan dirinya secara baik.

## DAFTAR PUSTAKA

- Al-Uqshari, Yusuf. *PercayadiriPasti!*, terj. Abdul Hayyie al-Kattani, GemaInsani Press, Jakarta: 2005
- Andriyanti, Novi. *Model Bimbingan Kelompok dengan Teknik Bermain Peran Untuk Meningkatkan Interaksi Sosial Siswa*, Jurusan Bimbingan dan Konseling, IKIP PGRI Pontianak 2016
- Angela, Nia Prisna, *Pengaruh Konseling Kelompok dengan menggunakan Teknik Role Playing dalam Mengelola Emosi Diri*, Skripsi, Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negri, 2012
- Ariyanti, Wiwin. *Penggunaan Teknik Bermain Peran dalam Bimbingan dan Konseling untuk Meningkatkan Keberanian Siswa Tampil di Depan Kelas: Studi di SMA 5 Bandar Lampung*, Fakultas Pendidikan dan Keguruan, Universitas Lampung, 2012
- Astuti, Puji Sri. *Upaya Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Melalui Konseling Sebaya (Peer Counseling) di SMA Negeri 9 Bandar Lampung*,” *Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, No. 4 2017
- Baharun, Hasan, and Rohmatul Ummah. “Strengthening S Tudents ’ Character in Akhlaq Subject Through Problem Based Learning Model.” *Tadris Jurnal Keguruan Dan Ilmu Tarbiyah* 3, no. 1 2018
- Barbara,Angelis. *Confidence (PercayaDiri)*, GramediaPustakaUtama, Jakarta: 2005
- Daradjat,Zakiahdkk. *MetodologiPengajaran Islam*, BumiAksara, Jakarta: 2001
- Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, *Kamus Besar Bahasa Indonesia EdisiIII*, Balai Pustaka, Jakarta: 2003
- Dinata, Sunaryokarta. “Arah Kebijakan Pengembangan dan Kode etik Profesi Bimbingan dan Konseling Indonesia”. Dalam Mamat Supriatna (Editor), *Bimbingan dan Konseling Berbasis Kompetensi : Orientasi Dasar Pengembangan profesi konselor*,Rajawali Pers, Jakarta: 2011
- Emzir, *Metodologi Penelitian Pendidikan Kuantitatif dan Kualitatif*, Rajawali Pers, 2010

Greenacre Lucke, Self Confidence and the Ability to Influence dalam *Academy of Marketing Studies Journal*, Volume 18, Nomor 2, 2014

Hakim Tursan, *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*, Jakarta : Puspa Swara, 2005  
, *Mengatasi rasa tidak percaya diri*, Puspa Swara, Jakarta: 2005

H.B. Sutopo, *Metode Penelitian Kualitatif Dasar Teori dan Terapannya dalam Penelitian*, Surakarta: Sebelas Maret Universitas Press, 2002

Hurlock, Elizabeth B. psikologi perkembangan: *Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*, Jakarta: Erlangga, 1980

———, Psikologi Perkembangan: *Suatu Pendekatan sepanjang rentang kehidupan*, terj. Istiwidiyanti dan Soedjarwo, Erlangga, Jakarta: 1998

Iswidharmanjaya & Agung, *Satu Hari Menjadi Lebih Percaya Diri*, Media Komputindo, Jakarta: 2004

Maghrobi, Bustomi. A, Monica Aria Mega, Kamil Badrul, *Meningkatkan Rasa Percaya Diri dengan Menggunakan Teknik Assertive Training*, Jurnal Bimbingan dan Konseling Vol 5, No 1 (2018).

Mulyasa, H.E. *Implementasi Kurikulum 2004: Panduan Pembelajaran*, Remaja Rosda Karya

Mulyasa, H.E. *Pengembangan dan implementasi kurikulum 2004*, Remaja Rosda Karya, Bandung: 2013

Nurihsan, Juntika Achmad. *Strategi Layanan Bimbingan & Konseling*, Bandung: 2012

Prawitasari, Johana E. *Psikologi Klinis Pengantar Terapan Mikro & Makro*, Erlangga, Jakarta: 2011

Prayitno, *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok*, Ghalia Indonesia, Jakarta: 1995

Rachman, Maman. *Strategi dan Langkah-Langkah Penelitian*, Semarang. IKIP Semarang: Press, 1999

Rohyan, Masya Hardiansyah, *Penggunaan Konseling Kelompok dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri Peserta didik kelas VII Smp Wiyata Karya natar Kabupaten Lampung Selatan*. Jurnal Bimbingan dan Konseling. (2016)

Saputri, Septi. *Peningkatan Percaya Diri Siswa Melalui Bimbingan Pribadi di SMPN 10 Bandar Lampung*, Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung, 2014

Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Kualitatif, Kuantitatif, R&D*, Alfabeta 2008: Bandung

Shea, Shawn Christopher, *Primer for Individual Role Playing and Scripted Group Role Playing dalam Journal Teaching Clinical interviewing Skills Using Role-Playing*, 2015

Surya, Hendra. *Menjadi Manusia Pembelajar*, PT. Elex Media Komputindo, Jakarta: 2009

Surya, Mohammad S. *Mewujudkan Bimbingan dan Konseling Profesional*, diterbitkan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia Bandung: 2008

Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah Madrasah (Berbasis Integrasi)*, Jakarta: Rajawali Pers, 2013

Ummah, Rohmatu and hasan Baharun, "Strengthening S Tudents ' Character in Akhlaq Subject Through Problem Based Learning Model," *Tadris Jurnal Keguruan Dan Ilmu Tarbiyah* 3, no. 1 (2018).

Winkel S, *Bimbingan dan Konseling di Insitut Pendidikan* , Grasindo, Jakarta: 1991